Mahamudra

&

Atíyoga

PERCEPÇÕES EMERGENTES EM ESTUDOS BUDISTAS

Giuseppe Baroetto

Mahamudra

&

Atiyoga

Percepções emergentes em estudos budistas

Giuseppe Baroetto

Título original da obra:

Mahāmudrā & Atiyoga
Emerging Perceptions in Buddhist Studies nº 18

by Giuseppe Baroetto

D.K. Print World Ltd. 2005

Uma adaptação ao português
da tradução do italiano para o inglês de Andrew Lukianowicz.

CONTEÚDO:

PRÓLOGO

ESTE VOLUME inclui traduções e comentários de alguns textos tibetanos antigos, documentos significativos da herança de sabedoria transmitida na “Terra da Neve”.

Nas páginas seguintes, a formação acadêmica e o interesse filosófico que formaram e motivaram minha pesquisa sobre as tradições religiosas do Tibete me levaram até as experiências pessoais de dois Lamas, que marcaram uma mudança crucial em minha abordagem aos estudos indo-tibetanos.

Mahamudra e Atiyoga são formas particulares da espiritualidade budista que, embora diferenciadas por linhagens históricas distintas, se encontram na mesma raiz essencial onde os seres humanos, transcendendo suas atitudes divisórias, encontram-se verdadeiramente livres na realidade singular que sempre os unificou.

Tilopa

Parte I.

Mahamudra

* 1 *

PREMISSA

OS DOIS TEXTOS aqui traduzidos do tibetano são atribuídos a Tilopa (928-1009), [1] o célebre místico indiano, famoso sobretudo por ter iniciado o erudito mestre Naropa (956-1040) no significado definitivo do ensinamento conhecido em sânscrito como Mahamudra, o "Grande Selo". Essa espiritualidade é considerada pelos professores tibetanos como a essência tanto do caminho curto (*gseng lam*) quanto do instantâneo (*cig car ba*), livre de qualquer forma de meditação ou apoio; e também contém as instruções finais que concluem os caminhos comuns, graduais e esotéricos de doutrinas budistas (*rim gyis pa*) baseadas nos Sutras e Tantras, respectivamente. [2]

O comentário é uma transcrição das instruções orais que recebi em outubro de 1989 de um professor tibetano no Nepal em Swayambhunath, perto de Katmandu. Naquela época, estava

---

1. Minha tradução é baseada nas versões tibetanas, publicadas em *Do ha mdzod brgyad*, Tashijong, Palampur (Índia), 1973: *Phyag rgya chen po'I man ngag* (*Mahamudra-upadesa*), ff. 14b-18a = A; *Do ha mdzod ces bya ba* (*Dohakosanama*), ff 11a-12a. Quanto ao primeiro, em minhas notas também levei em consideração as variantes presentes na edição de Kong sprul Blo gross mtha' yas: *gDams ngag mdzod*, Delhi, 1971, vol. V, pp. 33-36 = B; Cf. Francis Tiso e Fabrizio Torricelli, *"The Tibetan Text of Tilopa's Mahamudropadesa," East and West*, XLI, 1991, pp. 205-29

2. Sobre a distinção entre os dois caminhos, ver Takpo Tashi Namgyal, *Mahamudra – The Quintessence of Mind and Meditation*, Boston & Londres, 1986, pp. 101, 110-18, 123-25.

traduzindo os dois textos de Tilopa a partir de suas versões tibetanas, porém sem ter solicitado previamente a autorização e instruções de um preceptor desses ensinamentos, conforme exige a tradição.

Ao terminar minha circum-ambulação da estupa, vi parado diante de mim um monge tibetano idoso me encarando. Acenei com a cabeça e ele sorriu, cantando: "Eu presto homenagem ao professor do Grande Selo".

Após alguns segundos de espanto, percebi que ele havia penetrado minha presunção. Evidentemente, ele era um professor do que eu tentava laboriosamente entender com meu intelecto. Imediatamente pensei em perguntar ao Lama se ele estaria disposto a me explicar o significado do Grande Selo, mas, sem me dar tempo para falar, ele me disse: "Eu sou Lhündrup Tenzin. Você me encontrou porque estava me procurando. Se quer a transmissão e explicação do conselho de Tilopa, então me siga." Então eu fui.

O Lama entrou em um templo, sentou-se no chão e, depois de me mandar fazer o mesmo, começou a fazer a "transmissão oral" dos textos tibetanos, entoando-os de cor com uma melodia lenta e harmoniosa. Logo em seguida iniciou seu comentário, enfatizando os aspectos mais significativos e essenciais com uma linguagem simples e, ao mesmo tempo, clara e precisa. Percebi que suas palavras fluíam sem pressa, interrompidas por longas pausas, provavelmente destinadas a me dar tempo para transcrevê-las com a maior precisão possível.

No final do nosso encontro, o Lama deu-me alguns conselhos que foram de grande importância para mim; relacionei as partes que contêm indicações e esclarecimentos que também podem ser úteis a outros.

* 2 *

Conselho sobre o Grande Selo

Homenagem à Fada Adamantina!

O Grande Selo não pode ser ensinado, mas você, digno e inteligente Naropa, que está enfrentando duras provações, e suporta pacientemente o sofrimento, graças à sua devoção ao professor, leve seriamente em consideração essas [palavras].

O espaço repousa sobre algo? Da mesma forma, o Grande Selo não repousa sobre nada. Permaneça relaxado no estado natural inalterado. Se os laços são afrouxados, sem dúvida, se está livre.

Quando se observa o centro do espaço, deixa-se de ver [todo o resto]. Da mesma forma, se observarmos a consciência, as formas-pensamento se dissolvem e daí floresce o despertar supremo.

A neblina se dissolve no espaço sem ir para outro lugar ou ficar em qualquer um. Da mesma forma, as formas-pensamento surgem da consciência, mas quando se vê a própria consciência, a onda de imagens mentais se dissolve.

A verdadeira natureza do espaço não tem cor nem forma e não é condicionada nem pelo branco nem pelo preto. Da mesma forma, a essência de sua consciência não tem cor nem forma e não é condicionada nem pela virtude nem pelo vício.

O coração do sol, claro e límpido, não pode ser obscurecido pela escuridão de mil éons. Da mesma forma, a luz clara, que é a essência de sua consciência, não pode ser obscurecida pelo ciclo das eras.

O espaço é definido como "vazio", mas o espaço é inefável. Da mesma forma, a consciência é designada "luz clara", mas não há nada nela que possa ser definido dizendo: "É assim".

Desta forma, desde o início, a verdadeira natureza da consciência é como o espaço, e não há nada que não se convirja nisso.

Pare qualquer movimento físico e permaneça quieto no estado natural. Você não tem nada a dizer; os sons são vazios, como um eco. Você não tem nada em que pensar; contemple o que transcende [a mente].

Com seu corpo vazio como uma cana de bambu, sua consciência além de pensamentos como o centro do espaço, relaxe neste estado sem perder [a consciência] nem mantenha [nada em mente].

A consciência desprovida de pontos de referência é o Grande Selo. Acostumando-se a este estado, obtém-se o despertar supremo.

A visão do Grande Selo, que é luz clara, não pode ser alcançada apegando-se às explicações dogmáticas e escrituras dos vários sistemas, instruções, regras éticas, [estudos filosóficos], perfeições e tradição esotérica. De fato, a visão da luz clara é obscurecida pelo dogmatismo.

A observância dogmática dos preceitos significa não manter o compromisso real. Estar desprovido de fixações é libertar-se do dogmatismo. [O pensamento] é como uma onda que surge e diminui naturalmente.

Se você não perder a consciência do valor autêntico, além das ideias fixas e da conduta rígida, o compromisso [espiritual] é mantido como uma luz dissipando as trevas.

Quando se está livre do dogmatismo por não mais se apegar a uma conclusão, se contempla [o verdadeiro significado de] todos os ensinamentos.

Penetrar esta verdade te liberta da jaula do *samsara*. Contemplar esta verdade queima tudo o que causa obscurecimento e impedimento. [Quem alcança essa realização] é chamado de “lamparina do ensinamento”.

Os tolos, que não valorizam essa verdade, acabam se deixando arrastar pela corrente do *samsara*. Pobres tolos [que têm que suportar] esse sofrimento insuportável! Se quiserem acabar com

isso, devem seguir um guia especializado e deixar a energia espiritual fluir para seus corações. Então suas consciências estarão livres.

Ó, [viver de acordo com] a lei do *samsara* não tem sentido e causa sofrimento. O que quer que seja feito [desta maneira] não tem valor. Portanto, considere o que é valioso e significativo.

A visão suprema é transcender sujeito e objeto. A meditação suprema é não se distrair. A conduta suprema é a ausência de esforço. A realização do objetivo é não ter esperança ou medo.

A verdadeira natureza da consciência é a clareza além das imagens. O objetivo do caminho dos seres despertos é alcançado sem um caminho a percorrer. O despertar supremo é realizado sem ter nada para praticar.

Ó, considere cuidadosamente a existência mundana. É transitória; como uma ilusão e um sonho, não há nada real. Portanto, arrependa-se e abandone a ação mundana. Corte completamente os laços de afeto com seus semelhantes e seu país. Medite sozinho em um eremitério da montanha ou na floresta.

Permaneça no estado onde não há nada sobre o que meditar. Se você obtiver o que não pode ser obtido, terá obtido o Grande Selo.

Ramos e folhas crescem do tronco de uma grande árvore; um corte afiado em sua raiz e todos os ramos murcham. Da mesma forma, cortando a mente pela raiz, as folhas do *samsara* murcham.

Uma lamparina dissipa a escuridão acumulada ao longo de mil eras. Da mesma forma, a única luz clara de sua consciência dissipa as trevas e os obstáculos da ignorância acumulados ao longo dos tempos.

Ó, não é pelo intelecto que se vê o que transcende o intelecto, não é pela ação que se compreende o que transcende a ação.

Se você deseja alcançar o que transcende o intelecto e a ação, corte a mente pela raiz e deixe a consciência desnuda. Deixe a água turva dos pensamentos se limpar. Deixe a realidade fenomenal como ela é, sem afirmar ou negar.

A existência fenomenal sem apego ou rejeição é o Grande Selo.

A base universal nunca nasceu, portanto está livre do condicionamento por impressões psicológicas. Permaneça na essência não-nascida sem orgulho ou intrigas. Permita que os fenômenos apareçam naturalmente e as imagens mentais se dissolvam.

A visão suprema é a completa liberdade do dogmatismo. A meditação suprema é uma vasta profundidade sem limites. A conduta suprema é o rompimento de fronteiras. O objetivo supremo é o estado natural sem mais expectativas.

No início [a mente de] um iniciante é como uma cachoeira. Então torna-se como o rio Ganges, fluindo suavemente. Finalmente, é como rios fluindo [para o mar, quando] a mãe e o filho se encontram.

Alguém com menor capacidade, incapaz de permanecer no estado natural, deve deixar a consciência em sua condição essencial, controlando a respiração. [Além disso], através de vários métodos de fixação do observador e concentração do pensamento, controla-se a mente até que a consciência permaneça no estado natural.

Confiando no selo da ação, surge o conhecimento de vaziez e gozo; quando as energias dos meios e da sabedoria se unirem, deixe-as descer lentamente, então que sejam retidas, puxadas para trás, trazidas de volta à fonte e espalhadas por todos os corpos. Se, neste momento, não há mais desejo, surge o conhecimento da vaziez e do gozo.

[Quem assim praticar] viverá muito, sem cabelos brancos, e crescerá como a lua; ele ou ela terá um semblante luminoso e a força de um leão, obterá rapidamente os poderes comuns e permanecerá absorto no despertar supremo.

Que este conselho sobre a essência do Grande Selo permaneça no coração daqueles destinados [a recebê-lo]. [1]

---

1. O colofão diz assim: “Este conselho sobre o Grande Selo de Sri Tilopa, o [mestre] espontaneamente realizado, foi transmitido pelo próprio professor nas margens do Ganges ao erudito realizado Naropa, o *pandita* da Caxemira, uma vez que ele enfrentou doze provações ascéticas. O tradutor tibetano Marpa Chökyi Lodrö recebeu as vinte e oito estrofes adamantinas do grande Naropa em North Pulahari, onde depois de revisá-las, fez uma tradução definitiva. Marpa foi o professor do famoso místico tibetano Milarepa.

* 3 *

Comentário

Homenagem à Fada Adamantina!

Você sabe quem é a Fada Adamantina (Vajradakini)? Ela é a expressão feminina da divindade suprema, daquilo que é incondicionado e inalterado e que constitui o verdadeiro meio de ser de toda existência. Prestar homenagem significa reconhecer sua verdadeira natureza. Quando Naropa conheceu Tilopa, ele precisava de um conhecimento maior e mais profundo do aspecto feminino da vida. Com a homenagem de abertura, o professor também pretende apontar essa necessidade e seu significado para ele, que retoma, em particular, no final do texto.

O Grande Selo não pode ser ensinado, mas você, digno e inteligente Naropa, que está enfrentando duras provações, e suporta pacientemente o sofrimento, graças à sua devoção ao professor, leve seriamente em consideração essas [palavras].

Nesta tradição, a divindade suprema é chamada de "Grande Selo", porque o sinal de sua presença está marcado em todos os aspectos da existência. E, no entanto, paradoxalmente, ninguém pode mostrá-la ou apontá-la diretamente, precisamente porque permeia e abrange toda a realidade sem ser limitada por nada e transcende imagens, palavras e pensamentos. Além disso, a visão da forma vazia (*stong gzugs*) da divindade feminina, com a qual Naropa desejava unir-se, revela a verdadeira natureza indeterminável do Grande Selo.

Se você não é estúpido, quando eu aponto meu dedo para uma estátua de Buda você não fica olhando para o meu dedo, nem vem ao meu lado para ver a estátua do jeito que eu a vejo; em vez disso, você segue a direção do meu dedo e olha para ela, permanecendo

onde está. Nem você acha que isso é a verdadeira Budeidade. Esta é a maneira de considerar e utilizar os ensinamentos sobre a realidade absoluta deixados pelos professores.

> *O espaço repousa sobre alguma coisa? Da mesma forma, o Grande Selo não repousa sobre nada. Permaneça relaxado no estado natural inalterado. Se os laços são afrouxados, sem dúvida, se está livre.*

O símbolo mais recorrente que representa a verdadeira natureza da divindade, que é a realidade absoluta, é o céu. Pode-se apontar para a lua no céu, pode-se vê-la, mas não há como determinar o espaço vazio. Se queremos medir o espaço, precisamos de algo dentro dele para usar como ponto de referência. O espaço vazio, no qual não há você nem nada mais, não repousa sobre nada; não possui pontos de referência. Se esse for o caso, então como se pode conhecer a verdadeira divindade?

Tilopa diz: "Permaneça relaxado no estado natural inalterado." Não se esforce, não tente ajustar seu corpo, sua fala, sua mente ou mudar o lugar onde você está. Apenas relaxe onde estiver, do jeito que você é, naturalmente.

O que nos impede de reconhecer o Grande Selo da verdadeira divindade são nossos vínculos, nosso condicionamento e nossos limites pessoais; se relaxarmos, todos eles caem naturalmente. Este conselho não é estranho? Todas as religiões ensinam que é preciso lutar contra o mal, esforçar-se para melhorar, reprimir as paixões, mortificar os sentidos. Em vez disso, Tilopa afirma que relaxar, sem fazer nada intencionalmente para modificar a realidade, é o suficiente. Se você não acredita, apenas tente.

No momento em que algo desperta pensamentos ou emoções prejudiciais é o momento de testar a si mesmo relaxando. Relaxar implica dar espaço. Para si mesmo, bem como para os outros. O problema se dissolve nesse espaço. Se você parar de dar importância ao problema, ele certamente desaparecerá. Se não, é porque ainda há tensão.

Quando se observa o centro do espaço, deixa-se de ver [todo o resto]. Da mesma forma, se observarmos a consciência, as formas-pensamento se dissolvem e daí floresce o despertar supremo.

"Quando se observa o centro do espaço, deixa-se de ver...", diz Tilopa ao seu discípulo, pedindo-lhe que faça um experimento muito simples. De fato, ao focar a atenção em um ponto no espaço vazio, deixa-se de notar as coisas ao redor. Você só precisa experimentá-lo para verificar se é assim. Por que você não tenta agora? Apenas um minuto pode ser suficiente...

Este é apenas um exemplo. Tilopa não diz que é necessário treinar o olhar para um ponto no espaço o maior tempo possível. Algumas pessoas o fazem, mas não é o caso aqui. Se você não conseguir relaxar no estado natural seguindo suas primeiras instruções, então deve voltar sua atenção para dentro de si mesmo; você não precisa procurar em outro lugar. Você apenas tem que permanecer presente em si próprio.

Você, que está pensando sobre o significado dessas palavras, está consciente de si mesmo ao mesmo tempo? Se você voltar sua atenção para dentro, então pode entender. A maioria das pessoas vive em constante distração, absorvidas e condicionadas pelo que percebem, pois não possuem autoconsciência, como se estivessem sonhando sem perceber.

Quando você recupera a consciência de si, sente *ser*, sente que existe aqui e agora, mas não identifica esse sentimento puro com o que percebe, acabando assim por esquecer de si mesmo. A autoconsciência não é distraída ou perturbada por nada.

Então, se você observar a consciência com consciência, como acabamos de descrever, então as formas-pensamento, as fixações mentais e as imagens fantasiosas e perturbadoras se dissolvem naturalmente, porque não são mais sustentadas por toda a sua atenção pessoal.

Tente agora mesmo! Feche os olhos e pense em algo particularmente agradável…

Agora, observe que enquanto está pensando sobre essa coisa, você é, você existe. Você não sente *ser*?

Se esse pensamento ainda estiver presente, deixe-o ir sem se esquecer de sentir *ser*…

Desta forma, mais cedo ou mais tarde, todos os pensamentos se dissolvem por si mesmos, pois essa é a sua natureza.

Agora tente repetir o experimento pensando em algo desagradável…

Essa imagem também se dissolve naturalmente, não é? Toda vez que isso acontece, o despertar, a liberação é alcançada. É como perceber que você está sonhando e não mais sendo condicionado pelas imagens irreais do sonho. Uma vez que se liberta da ilusão de todos os seus sonhos, seja dormindo ou acordado, você alcança a iluminação suprema.

> *A neblina se dissolve no espaço sem ir para outro lugar ou ficar em qualquer um. Da mesma forma, as formas-pensamento surgem da consciência, mas quando se vê a própria consciência, a onda de imagens mentais se dissolve.*

A neblina surge no espaço, permanece aí e se dissolve naturalmente. As imagens mentais também, que velam a visão da verdadeira realidade, não têm outra base senão a sua própria consciência, na qual elas se resolvem naturalmente.

Lutar contra os pensamentos para eliminá-los é como tentar acalmar a água agitando-a; desta forma, você só obtém o resultado oposto. Tilopa diz que basta voltar a atenção para si mesmo, permanecer presente em si próprio; quando vê sua consciência como se estivesse observando o centro do espaço, a onda de imagens mentais se dissolve.

É muito importante verificar este conselho por si mesmo. Para fazer isso, você não deve se distrair, deve estar atento, estar presente em si. Esta é a única maneira de entender o sentido real e o valor prático das palavras de Tilopa.

A verdadeira natureza do espaço não tem cor nem forma e não é condicionada nem pelo branco nem pelo preto. Da mesma forma, a essência de sua consciência não tem cor nem forma e não é condicionada nem pela virtude nem pelo vício.

Agora, observe o espaço: ele tem uma forma ou cor própria? As nuvens claras e escuras realmente mudam a verdadeira natureza do espaço em que elas aparecem e desaparecem?

Tilopa diz que quando você observa a consciência com consciência, descobre que ela não tem cor nem forma e não é condicionada nem pela virtude nem pelo vício, assim como o espaço.

Sua verdadeira natureza, seu verdadeiro *Si*, não é o corpo, sensações, emoções, ideias ou pensamentos, com os quais identificamos a personalidade individual. Então, se você percebe algo quando observa a consciência, saiba que essa não é sua verdadeira essência impessoal. Você deve aprender a parar de se identificar com o que percebe e simplesmente permanecer uma testemunha pura da realidade como ela é. Isso é possível se você estiver presente em si.

Quando você permanece relaxado, estando presente em si mesmo, como se estivesse no espaço, então entende que sua verdadeira essência não tem nada a ver com as nuvens escuras do vício ou as nuvens claras da virtude que marcam a personalidade. São apenas imagens mentais sobrepostas à verdadeira realidade que, em si mesma, é livre de todas as determinações. Então, qual é a necessidade de lutar para melhorar a si mesmo?

Você acha que tem vícios e virtudes. Você tenta se livrar dos vícios e adquirir as virtudes. Mas os vícios e as virtudes são apenas aspectos da personalidade, tão mutáveis e transitórios quanto as nuvens. Sua essência divina é impessoal como o espaço que permanece inalterado.

O coração do sol, claro e límpido, não pode ser obscurecido pela escuridão de mil éons. Da mesma forma, a luz clara que é a essência de sua consciência não pode ser obscurecida pelo ciclo das eras.

De acordo com a cosmologia indiana antiga, a manifestação do universo segue leis cíclicas. Os budistas dão uma definição genérica de todos os ciclos, tanto os maiores quanto os menores, como "era" (*kalpa*). O texto refere-se à "escuridão de mil éons". Esta expressão designa tanto os períodos em que a vida não se manifesta como os períodos em que se manifesta, mas não aparece nenhum ser totalmente desperto, nenhum Buda. Durante essas fases obscuras, o coração do sol não sofre nenhuma mudança, é tanto o centro de energia que emana o sol visível quanto a essência ou potencialidade do despertar.

Sua verdadeira natureza é divina, pura desde o início de qualquer ciclo, seja do cosmos, do planeta, de suas múltiplas existências ou desta única existência; sua luz permanece inalterada mesmo com a sucessão de todos os períodos obscuros.

Essa alegoria significa que você nunca deve se desesperar, nunca ficar triste ou desanimado. Você deve enfrentar os momentos sombrios da vida com coragem, confiando na luz que está sempre brilhando em seu coração e no de todos os seres. A fé pura é a consciência da essência divina que permeia toda a existência. Esta luz é tudo o que você precisa para lembrar, venerar e contemplar. Esta luz é tudo o que você precisa invocar, com alegria em seu coração e certeza em sua mente.

O espaço é definido como "vazio", mas o espaço é inefável. Da mesma forma, a consciência é designada "luz clara", mas não há nada nela que possa ser definido dizendo: "É assim".

A essência de sua consciência é divina, luminosa, pura como o espaço vazio, mas a palavra "vazio" não é a verdadeira vaziez do espaço. Da mesma forma, em termos de sua verdadeira natureza, não há nada nela que possa ser definido dizendo: "É assim".

A palavra “Buda” não é o Buda. A palavra “Cristo” não é o Cristo. Os conceitos correspondentes também não são o que representam. A ideia de Deus não é a verdadeira divindade. Quem se apega a sensações, pensamentos, imagens ou palavras pode ser comparado a um idiota que confunde seu reflexo no espelho com uma pessoa real. Este erro acontece frequentemente! Este é o berço da intolerância em nome da verdade. Mas tome cuidado, pois também você pode se tornar intolerante em nome da tolerância. O que você pode fazer para evitar esse erro e superá-lo? Permaneça como o espaço, sem se fixar na ideia de vaziez ou da clareza dos fenômenos.

> *Desta forma, desde o início, a verdadeira natureza da consciência é como o espaço, e não há nada que não se convirja nisso.*

Na filosofia budista, o elemento material original do qual todos os fenômenos surgem, no qual cada coisa concreta existe e encontra sua resolução no final do ciclo, é chamado de “espaço”. Este elemento fundamental constitui o símbolo do Grande Selo, da realidade absoluta que é a essência divina de cada um.

Se os conselhos anteriores não são suficientes, se você ainda está se perguntando como permanecer em seu estado natural como no espaço, então as palavras a seguir podem ser muito úteis, pelo menos para alguém determinado a colocá-las em prática:

> *Pare qualquer movimento físico e permaneça quieto no estado natural. Você não tem nada a dizer; os sons são vazios, como um eco. Você não tem nada em que pensar; contemple o que transcende [a mente].*

Você deve saber que no estado natural não há nada para buscar deliberadamente, nenhuma sombra de qualquer esforço, e não há nada para corrigir em termos de corpo, voz e mente. Então, deixe seu corpo relaxar em uma postura confortável: “Pare qualquer movimento físico e permaneça quieto”, diz Tilopa.

Em geral, os professores de meditação aconselham pelo menos sentar-se com as costas eretas, mas Tilopa nem mesmo dá essa instrução, pois cada indivíduo tem sua própria sensibilidade que deve ser respeitada para não criar nenhuma tensão psicofísica. Se você ouvir seu corpo, será capaz de entender por si mesmo qual é a melhor postura para assumir em um determinado momento.

Quanto à voz, Tilopa é igualmente peremptório: "Você não tem nada a dizer", nem orações, nem *mantras*, cânticos ou qualquer outra coisa. De fato, os sons são vazios, como um eco, porque a verdadeira natureza da realidade não são as palavras que a designam.

Da mesma forma, o mesmo princípio se aplica à mente: "Você não tem nada em que pensar", afirma Tilopa, nem sobre a divindade, nem sobre o professor, nem sobre qualquer símbolo, conceito ou coisa. Na verdade, o Grande Selo transcende a mente.

> *Com seu corpo vazio como uma cana de bambu, sua consciência além de pensamentos como o centro do espaço, relaxe neste estado sem perder [a consciência] nem mantenha [nada em mente].*

Se você deixar seu corpo quieto em uma posição confortável, em certo ponto ele parecerá leve, insubstancial e vazio como uma cana de bambu.

Se você parar de criar pensamentos deliberadamente e permitir que apareçam e desapareçam de maneira natural, o senso de sua consciência permanecerá firme, imperturbável por pensamentos, como observar o centro do espaço, onde deixa-se de ver todo o resto.

Relaxando assim em seu estado natural, tome cuidado para não perder a consciência ou manter qualquer coisa em sua mente. Deixe tudo como é sem cair em torpor ou se deixar distrair por pensamentos. Se você se distrair, não se preocupe, porque a preocupação é um pensamento como tantos outros e, de qualquer

forma, no momento em que percebe que se distraiu, você já está presente em si mesmo.

Tente isso agora mesmo!

Se essas palavras ressoam em seus ouvidos e ecoam em sua mente, se aumentam seu conhecimento, se enchem seu caderno de notas e sua boca, a menos que o estimulem a desistir de tudo isso, não são palavras sagradas, mas mundanas. Vamos, feche seu caderno de notas e pare de olhar para mim! Silêncio…

> *A consciência desprovida de pontos de referência é o Grande Selo. Acostumando-se a este estado, obtém-se o despertar supremo.*

O Grande Selo da verdadeira divindade é como um espaço vazio ilimitado; revela-se espontaneamente na consciência sem pontos de referência. Quando temos pontos de referência? Quando a mente se apega a objetivos predeterminados e espera realizá-los, a padrões particulares e ao esforço para aderir a eles, a imagens de si mesmo, dos outros, das coisas, e sua contínua apreciação.

O estado natural de consciência é livre das ilusões da mente. Acostumando-nos a esse estado natural, aprendemos a relaxar, deixando que os pensamentos se dissolvam espontaneamente. Dessa forma, o apego às próprias fixações se afrouxa, os vínculos se desfazem e, sem dúvida, fica-se livre. Mas cuidado: o conceito do que deveria ser o despertar supremo também é um ponto de referência! Você se lembra do que Tilopa diz logo no início? “O Grande Selo não pode ser ensinado.” Quem afirma o contrário é profano, e se está convencido disso, engana a si mesmo e aos outros.

> *A visão do Grande Selo, que é luz clara, não pode ser alcançada apegando-se às explicações dogmáticas e escrituras dos vários sistemas, instruções* (sutra), *regras éticas* (vinaya), *[estudos filosóficos* (abhidharma)*], perfeições*

> (paramita) *e tradição esotérica* (tantra). *De fato, a visão da luz clara é obscurecida pelo dogmatismo.*

A luz clara do Grande Selo não pode ser obscurecida pelo ciclo das eras; no entanto, a compreensão de sua natureza é dificultada pelo dogmatismo. Tilopa parece um iconoclasta, mas, na verdade, ele está proclamando um princípio sagrado; o apego a qualquer sistema comum ou esotérico é uma limitação porque a Verdade transcende qualquer barreira, não está vinculada a nenhuma formulação, palavra, conceito, imagem ou conduta particular, nem consiste em nenhuma experiência mística. Quem pensa que pode alcançá-la apegando-se às explicações dogmáticas e escrituras de qualquer religião, doutrina ou disciplina nunca a realizará.

Em nossa dimensão, tudo é transitório e sujeito à lei do fluxo constante, então os vários sistemas também o são. No entanto, é dito que a religião é como uma balsa e o professor é comparado a um barqueiro, ambos são necessários para chegar à outra margem. Mas e se não houver margens?

Tilopa não usa margens como exemplo. Para ele, a realidade última é como um espaço ilimitado, em termos do qual vários sistemas são como nuvens: alguns são mais claros, outros mais obscuros. Ele também diz que a consciência da verdade real é como o sol elevado no céu, tão brilhante que o homem não pode olhar diretamente para ele sem perder a visão; é por isso que existem nuvens… e óculos de sol. Tilopa nos convida a ser essa consciência, a ser o sol radiante no espaço ilimitado que tudo permeia.

Enquanto você conceber a consciência como algo individual, uma pessoa ou um “eu” para analisar, satisfazer, purificar, punir, eliminar ou desafiar, então você não pode ser a própria consciência, na qual não há divisão entre sujeito e objeto. Não se preocupe com margens, nuvens e óculos de sol e seja como o sol no espaço.

> *A observância dogmática dos preceitos significa não manter o compromisso real. Estar desprovido de fixações é libertar-*

se do dogmatismo. [O pensamento] é como uma onda que surge e diminui naturalmente.

Se você não perder a consciência do valor autêntico, além das ideias fixas e da conduta rígida, o compromisso [espiritual] é mantido como uma luz dissipando as trevas.

Quando há apego a um sistema de forma dogmática, também há preceitos a serem observados. Obedecer às regras é como viver em cativeiro. Em alguns casos, quando alguém é incapaz de viver espontaneamente de maneira atenciosa e respeitosa, pode ser útil ter certas regras. No entanto, elas não levam à liberdade.

O verdadeiro compromisso (*samaya*) de que Tilopa fala consiste em estar livre do condicionamento pelas próprias fixações, julgamentos e emoções. Quando você não se apega mais a nenhuma imagem de si mesmo, dos outros e de qualquer coisa, então você contempla a consciência livre de dogmatismo e escapa da prisão dos rígidos preceitos.

Você não precisa se esforçar para eliminar imagens condicionantes. Na verdade, os pensamentos se dissolvem naturalmente como ondas; se você parar de agitar a água, isto é, sua energia psíquica, com preocupações, esperanças, medos e labuta para alcançar sua realização, então as ondas param sozinhas.

A Verdade não está nas regras. O "valor autêntico" reside apenas na consciência, nunca fora dela. Quando você está ciente disso, abandona as ideias fixas e a conduta rígida, mas sem abrir mão do seu compromisso espiritual; ele brilha espontaneamente sem nenhum esforço ou tensão, como uma lamparina que dissipa instantaneamente toda escuridão.

Quando se está livre do dogmatismo por não mais se apegar a uma conclusão, se contempla [o verdadeiro significado de] todos os ensinamentos.

Os diversos ensinamentos certamente têm um valor autêntico, mas você não pode descobri-lo enquanto permanecer preso às suas

palavras, conceitos, imagens e normas. Seu valor está na verdade universal que transcende os dogmas das diferentes doutrinas e as conclusões tiradas pelo raciocínio do homem.

> *Penetrar esta verdade te liberta da jaula do samsara. Contemplar esta verdade queima tudo o que causa obscurecimento e impedimento. [Quem alcança essa realização] é chamado de "lamparina do ensinamento".*

A consciência da verdade universal é isso que o liberta da jaula do *samsara*, da prisão do condicionamento. É a luz clara que brilha na consciência de todos os seres humanos. Quem a contempla já não tem momentos sombrios porque permanece unido à fonte de toda a luz. Tal ser é a verdadeira "lamparina do ensinamento", como Tilopa nos diz.

> *Os tolos, que não valorizam essa verdade, acabam se deixando arrastar pela corrente do samsara. Pobres tolos [que têm que suportar] esse sofrimento insuportável! Se quiserem acabar com isso, devem seguir um guia especializado e deixar a energia espiritual fluir para seus corações. Então suas consciências estarão livres.*

Aqueles que não reconhecem a verdade universal da liberdade interna e se deixam arrastar pela corrente do *samsara* em sua busca contínua de bem-estar material e espiritual, são tolos. A roda da fortuna gira incessantemente: prosperidade e miséria, fama e infâmia, felicidade e desespero, beleza e feiura, virtude e vício, nascimento e morte, céu e inferno. Os tolos, que não discernem a verdadeira liberdade, não podem deixar de passar por tudo isso. Se eles desejam terminar o doloroso processo de um devir ilusório, então "eles devem seguir um guia especializado e deixar a energia espiritual fluir para seus corações." O que Tilopa quer dizer com essas palavras?

Ele está explicando a seu discípulo Naropa que há pessoas, tanto leigas quanto religiosas, que não podem aceitar os conselhos

anteriores como verdadeiros e válidos porque estão convencidos de que devem se tornar diferentes do que são e que podem fazer isso esforçando-se para mudar o presente em vista da conquista final.

Seria útil para aqueles com tal visão mundana seguir um professor, reconhecendo-o como a perfeita realização de seu próprio ideal espiritual e abrindo-se à energia da aura do professor, imaginando a luz de sua pura influência penetrando em seus corações até que se sintam em harmonia com ele.

Assim como o contato com o carvão em brasa torna um pedaço de metal incandescente, o contato com a consciência límpida do professor purifica a mente, permitindo o surgimento daquele estado de pura consciência que por si só possibilita a natureza do Grande Selo.

Esta meditação devocional é chamada de "identificação com o professor" (*guru-ioga*), ligada à primeira iniciação esotérica e que inclui a essência do "selo de compromisso" (*samayamudra*). Naropa praticou-a intensamente e por muito tempo, visualizando este mestre na forma do casal divino chamado Cakrasamvara, no qual contemplava a união de todos os mestres e múltiplas manifestações divinas.

Recebi a primeira iniciação, o "empoderamento do vaso" (*bum dbang*), aos sete anos de idade do meu principal mestre, o abade do mosteiro em que entrara no ano anterior.

Ele não conferiu as quatro iniciações dos Tantras Superiores (*anuttarayoga*) todas juntas, como a maioria dos Lamas de acordo com o uso moderno, mas apenas deu as iniciações que considerou necessárias, e em momentos diferentes, de acordo com a antiga regra observada pelo grande mestre Padmasambhava. Para mim, o professor concedeu todas as quatro.

A partir do momento em que recebi o empoderamento do vaso, tive que assumir o compromisso de meditar diariamente sobre minha identificação com o mestre na forma masculina do divino "Ser Adamantino" (Vajrasattva), ao mesmo tempo em que imaginava todo o mundo como seu paraíso e todos os seres como suas manifestações pacíficas e iradas. Era muito importante para

mim não me distrair do princípio de me identificar com meu professor após a meditação, mas continuar a considerar tudo como divino por natureza, sem discriminar entre amigos e inimigos, agradável e desagradável, superior e inferior.

Esta prática é ensinada em muitas religiões, mas, hoje em dia, poucas pessoas vivem o seu verdadeiro significado o tempo todo. Aqueles que pensam que são capazes devem observar a si mesmos durante o dia para ver como estão livres da rede de discriminação.

> *Ó, [viver de acordo com] a lei do samsara não tem sentido e causa sofrimento. O que quer que seja feito [desta maneira] não tem valor. Portanto, considere o que é valioso e significativo.*

Enquanto você continuar fazendo discriminações, você ainda estará condicionado por desejos e medos, gostos e desgostos, experiências e conhecimentos pessoais, na busca incessante de autoafirmação. Tal vida nada mais é do que ações egoístas, mundanas, desprovidas de qualquer valor espiritual. O que então tem significado? Quais são os verdadeiros valores?

> *A visão suprema é transcender sujeito e objeto. A meditação suprema é não se distrair. A conduta suprema é a ausência de esforço. A realização do objetivo é não ter esperança ou medo.*

Alguém com um ponto de vista espiritual provavelmente responderá que os verdadeiros valores são religiosos. Mas em que consiste a religião? Se considerarmos a religião do ponto de vista do *samsara*, então pode-se acreditar em um Deus pessoal, em uma alma individual, em um mestre realizado, em uma perfeita realidade abstrata ou ideal para contemplar ou realizar em benefício próprio. Todas essas concepções são caracterizadas pela separação entre sujeito e objeto, eu e os outros, a si mesmo e o que se espera alcançar. “A visão suprema”, diz Tilopa, “é transcender sujeito e objeto”.

Se estamos distraídos enquanto estamos orando, recitando *mantras*, visualizando símbolos e imagens sagradas, realizando rituais, controlando a respiração ou qualquer outra coisa, então não estamos realmente meditando. Muitos instrutores de meditação ensinam a concentração mental como forma de não se distrair, mas existe um tipo sutil de distração que consiste justamente em focar a atenção em um objeto concreto ou imaginário. “A meditação suprema é não se distrair”, diz Tilopa.

Se nos esforçamos para cumprir os preceitos, não os vivemos espontaneamente. Quando nossa conduta não é uma expressão natural da essência divina impessoal, mas é condicionada pela ambição e pelo preconceito, isso sempre implica esforço, tensão, contraste, luta, imposição. Tilopa diz: “a conduta suprema é a ausência de esforço”.

Se alimentarmos expectativas e medos em relação à realização espiritual, precisamos entender que o verdadeiro objetivo já está presente aqui e agora, porque nada mais é do que nossa própria natureza original. Essa consciência é a lamparina da fé pura, consciência luminosa do eterno presente que instantaneamente dissipa a ilusão sombria do passado e do futuro. “A realização do objetivo é não ter esperança nem medo”, diz Tilopa.

Por que Tilopa diz isso, imediatamente depois de nos dizer que é possível realizar a liberação seguindo um professor e deixando sua energia espiritual fluir para o coração? Isso não é uma contradição?

Naropa era muito inteligente e profundamente dedicado ao seu professor, mas também era muito teimoso. Por oito anos ele foi abade de Nalanda, um importante mosteiro budista na Índia. Naquela época, ele era muito conhecedor das escrituras, comuns e esotéricas, da lógica, das filosofias das diferentes escolas e das técnicas e rituais de meditação da religião budista e, além disso, já havia escrito suas obras eruditas. No entanto, um belo dia, enquanto meditava nas sagradas escrituras, compreendeu que, na verdade, ainda não havia realizado seu real significado. Então ele abandonou todos os seus livros e deveres no mosteiro e partiu em busca de seu verdadeiro mestre. Este texto é uma coleção dos primeiros

conselhos sobre o Grande Selo que ele recebeu de Tilopa nas margens do Ganges.

Sendo muito hábil em dialética e um zeloso defensor da ortodoxia budista em debates com os hindus, Naropa era obstinado e teimoso em defender suas próprias convicções; seu mestre estava bem ciente disso e foi por isso que pacientemente, mas com firmeza, começou a trabalhar para demolir a posição dogmática de seu discípulo.

Nestes últimos conselhos, Tilopa utiliza expressamente o paradoxo e a contradição para apontar a Naropa os limites de sua mente. A identificação com o professor ou, em todo caso, com um ser considerado divino, implica uma separação entre sujeito e objeto, caso contrário não haveria outro com o qual se identificar; implica distração de sua verdadeira natureza, caso contrário você não sentiria a necessidade de se identificar com o outro; implica esforço, caso contrário você não se esforçaria para praticar a meditação; implica esperança e medo, caso contrário você ficaria do jeito que está.

> *A verdadeira natureza da consciência é a clareza além das imagens. O objetivo do caminho dos seres despertos é alcançado sem um caminho a percorrer. O despertar supremo é realizado sem ter nada para praticar.*

Tilopa havia entendido que no estado natural de consciência os sentidos funcionam plenamente, mas que a percepção dos fenômenos não é mais filtrada por imagens mentais. Na verdade, as imagens da mente são projeções subjetivas e enganosas sobre a realidade como ela é. Se esta é a verdadeira natureza das coisas, então por que você precisa imaginar seu professor ou um símbolo dele ou dela?

O caminho espiritual também é uma imagem mental, e percorrer o caminho implica esforço. É somente abandonando o conceito de caminho e o esforço para percorrê-lo que você alcança a meta do verdadeiro caminho no qual não há jornada. Por que a necessidade, então, de se identificar com seu professor?

Finalmente, de acordo com Tilopa, para realizar o despertar supremo não há necessidade de desenvolver quaisquer poderes particulares através de qualquer tipo específico de práticas ascéticas, místicas, mágicas ou outros tipos. Então, por que a necessidade de treinar-se para meditar na energia espiritual de seu professor, identificando-se com seu estado de consciência?

Como Naropa era teimoso, ele não entendia. Então Tilopa lhe ofereceu outra pista:

> *Ó, considere cuidadosamente a existência mundana. É transitória; como uma ilusão e um sonho, não há nada real. Portanto, arrependa-se e abandone a ação mundana. Corte completamente os laços de afeto com seus semelhantes e seu país. Medite sozinho em um eremitério da montanha ou na floresta.*

Naropa ficou satisfeito ao saber que, por fim, seu professor estava lhe dando instruções precisas sobre o método a ser usado e pensou que no retiro ele poderia colocar seus conselhos em prática, principalmente identificando-se com o estado de consciência de seu professor durante sua meditação. Mas Tilopa continuou:

> *Permaneça no estado onde não há nada sobre o que meditar. Se você obtiver o que não pode ser obtido, terá obtido o Grande Selo.*

Infelizmente, a armadura de Naropa era tão grossa que as palavras de Tilopa não alcançaram seu coração. De fato, pela maneira como havia interpretado as instruções anteriores sobre o céu, achava que significavam que, uma vez que se identificasse com seu professor, deveria concentrar sua mente no espaço vazio.

Naropa sabia que identificar-se com seu mestre meditando em sua imagem simbólica, seja humana ou divina, é a essência do "processo de criação" [1], a primeira fase do método de meditação

esotérica, e que focalizar o espaço vazio é a base do “processo de conclusão” [2], a segunda e última fase.

Ele acreditava que as instruções anteriores de Tilopa diziam respeito principalmente ao segundo processo, quando se medita sem nada sobre o que meditar, precisamente porque envolve a concentração no céu desprovido de nuvens, dando origem, mais cedo ou mais tarde, a uma visão da forma vazia da divindade, que ele chamou de *mahamudra*.

> *Ramos e folhas crescem do tronco de uma grande árvore; um corte afiado em sua raiz e todos os ramos murcham. Da mesma forma, cortando a mente pela raiz, as folhas do samsara murcham.*

Por causa de seu condicionamento pelo conhecimento que acumulou, Naropa continuou em sua interpretação errônea, então Tilopa tentou capacitá-lo a entender que todas as experiências e convicções são como galhos e folhas da árvore do *samsara*; a mente é sua base subjacente, que precisa ser cortada nitidamente de uma vez só.

Naropa estava convencido de que, para dissipar a escuridão que acumulou ao longo de muitas vidas em eras intermináveis, devido à sua ignorância da verdadeira natureza das coisas, ele teve que acumular boas ações e sabedoria ao longo de inúmeras vidas. Foi por isso que ele não entendeu o verdadeiro significado do exemplo anterior da única lamparina que dissipa a escuridão das eras.

> *Uma lamparina dissipa a escuridão acumulada ao longo de mil eras. Da mesma forma, a única luz clara de sua consciência dissipa as trevas e os obstáculos da ignorância acumulados ao longo dos tempos.*

---

1. Tib. *bkyed rim*; Skt. *utpattikrama*.

2. Tib. *rdzogs rim*; Skt. *utpannakrama*.

Em geral, em termos de eras, a lamparina representa um Buda, cuja vinda traz luz espiritual, e foi assim que Naropa imediatamente interpretou o exemplo. No entanto, Tilopa explicou que a verdadeira lamparina é a consciência da própria essência divina que instantaneamente dissipa a escuridão da ignorância e os obstáculos das ações negativas acumuladas no passado, mesmo durante infinitas existências anteriores.

Ó, não é pelo intelecto que se vê o que transcende o intelecto, não é pela ação que se compreende o que transcende a ação.

Você também, como o discípulo Naropa, está buscando a verdade com seu intelecto, condicionado pelo conhecimento que acumulou; você também está se esforçando para fazer algo para alcançar o objetivo de sua vida.

Se você deseja alcançar o que transcende o intelecto e a ação, corte a mente pela raiz e deixe a consciência desnuda. Deixe a água turva dos pensamentos se limpar. Deixe a realidade fenomenal como ela é, sem afirmar ou negar.

Se você ainda está se perguntando como transcender o intelecto e a ação, ouça Tilopa: "corte a mente pela raiz e deixe a consciência desnuda". Aqui está a essência de seu conselho sobre o Grande Selo.

Cortar a mente pela raiz significa quebrar a cadeia de condicionamentos, cortar drasticamente seus hábitos desordenados, seus pensamentos negativos e emoções nocivas. Você não pode administrar isso se esforçando para corrigir sua conduta, mas apenas permanecendo consciente em um estado de pura observação, não mais reagindo impulsivamente aos estímulos.

Agora, vamos tentar um experimento. Vou colocar um pouco de terra neste copo de água limpa. Como você pode ver, a água fica turva, embora sua natureza seja límpida.

Se deixarmos o copo parado por um tempo, a água se limpa…

Se agitarmos o copo, a água volta a ficar turva…

O vidro é como nosso organismo psicofísico e nossa energia psíquica é como a água. Nossas emoções, pensamentos negativos e ideias dogmáticas são como a terra que suja a água. Não há como a água ficar clara mexendo-a ou sacudindo o copo. É por isso que o ensinamento essencial de Tilopa consiste em apenas um conselho: “Deixe a realidade fenomenal como ela é, sem afirmar ou negar”.

Não se apegue a sensações e pensamentos; não os reprima inibindo a si mesmo. Apenas fique atento, perceba que está se movendo dentro de você e observe seus impulsos e mecanismos de reação sem mudar nada nem se distrair.

A existência fenomenal sem apego ou rejeição é o Grande Selo.

Se você colocar este conselho em prática imediatamente, de forma radical, sem abrir mão das experiências que você acha que precisa ou se prender a tais, você pode realmente entender o que Tilopa quer dizer quando afirma que a existência é o Grande Selo. Você deve saber que cada aspecto da vida, qualquer ser ou coisa, é manifestação da divindade suprema. Tudo é sinal do transcendente!

Eu não sou o professor do Grande Selo mais do que o leproso que você encontra na estrada, a pobre criança brincando no meio do lixo, o mendigo a quem você dá esmolas, o cachorro sarnento que você afugenta, as emoções que te sacodem, os sonhos que te iludem, os medos que te perseguem, as esperanças que te atraem, os prazeres que te seduzem e tudo mais. Se você parasse de discriminar e prestasse atenção aos sinais, você entenderia.

A base universal nunca nasceu, portanto está livre do condicionamento por impressões psicológicas. Permaneça na essência não-nascida sem orgulho ou intrigas. Permita que os fenômenos apareçam naturalmente e as imagens mentais se dissolvam.

O Grande Selo da verdadeira divindade é o fundamento universal, a base de tudo o que existe, comparável ao espaço original da cosmologia budista. Sendo realidade absoluta e primordial, a base suprema não é precedida por uma causa, portanto não nasce de algo preexistente. Não estando sujeito ao *samsara*, não está condicionado por nada, nem mesmo por aqueles traços que, impressos na mente pelas experiências, determinam o comportamento. Portanto, não busque o Grande Selo com a mente ou em experiências, por mais sublimes que possam parecer. Apenas permaneça no estado natural, no espaço ilimitado de sua essência sem causa.

Se, por acaso, você tiver alguma experiência extraordinária, mística, poderosa, reveladora, luminosa e achar que isso o aproximou da realidade suprema, saiba que seu pequeno ego está inflando de orgulho, mesmo que você ainda não tenha notado.

Se acredita que sua proximidade com o divino, o não-nascido, o absoluto, pode ser medido pela quantidade de boas ações que fez e a sabedoria que acumulou, e quer saber que nível de evolução alcançou, você deve saber que sua mente egocêntrica está prestes a prendê-lo em sua rede estreitamente tecida.

Se você quer se salvar da armadilha diabólica colocada pela mente orgulhosa e calculista, marque bem as palavras de Tilopa: “Permita que os fenômenos apareçam naturalmente e as imagens mentais se dissolvam”. Você já sabe o que significa esse conselho, agora cabe a você colocar em prática no seu dia a dia. Se você ainda tem dúvidas sobre como viver os ensinamentos do Grande Selo, pondere cuidadosamente os quatro aforismos a seguir:

> *A visão suprema é a completa liberdade do dogmatismo. A meditação suprema é uma vasta profundidade sem limites. A conduta suprema é o rompimento de fronteiras. O objetivo supremo é o estado natural sem mais expectativas.*

1. Vá em frente e estude qualquer ponto de vista do mundo se sentir necessidade, mas não transforme nenhum deles em absoluto, porque um sistema de pensamento fixo e rígido é sempre limitado. A verdade do Grande Selo está na liberdade das correntes das convicções, mas mesmo afirmar isso pode se tornar uma prisão se for usado como slogan ou como uma bandeira estendida para chamar atenção.
2. Vá em frente e experimente várias técnicas de meditação se isso o ajudar em seu crescimento, mas não pare em suas experiências limitadas porque o Grande Selo não tem suporte, nem meio e nem fim. A meditação final não se fixa em nenhuma experiência meditativa, mas se você se agarrar à não-meditação, criou uma nova barreira.
3. Vá em frente e adote regras se você acha que elas podem ser úteis, mas não se deixe enganar por elas, porque todos os aspectos da vida são marcados com o sinal do Grande Selo. A verdadeira pureza consiste em sua atitude interior, mas não infrinja a lei, respeite os costumes dos outros e sinta-se à vontade para abraçá-los, se as circunstâncias exigirem e se não for prejudicial a ninguém.
4. Vá em frente e persiga seus objetivos se eles parecerem nobres e justos, mas lembre-se de que a tensão psicológica é uma doença. Se você encontrar o sucesso, não se encha de orgulho, se não encontrar, ou se o perder, não desanime. O verdadeiro objetivo é transcender a ambição do seu ego, mas se espera que os outros vivam como você, então ainda não entendeu que todos têm que desempenhar seu papel na grande orquestra da vida impessoal.

No início [a mente de] um iniciante é como uma cachoeira. Então torna-se como o rio Ganges, fluindo suavemente. Finalmente, é como rios fluindo [para o mar, quando] a mãe e o filho se encontram.

Quem coloca em prática os conselhos de Tilopa pode descobrir que, no início, a mente é como uma cascata de pensamentos e

imagens; não há necessidade de tentar pará-la bloqueando seu fluxo, pois não há nada com que se preocupar. É como tirar a tampa da panela fervente da mente.

Se você baixar a chama relaxando cada vez mais profunda e completamente, poderá descobrir que, lentamente, sua mente se torna como um grande rio fluindo suavemente. Pensamentos, fantasias, memórias e sonhos continuam a surgir, mas não impetuosamente, de modo que você possa navegar livremente na água, e até mesmo nadar nela, mantendo-se consciente tanto na quietude e tumulto exterior quanto na tranquilidade e movimento interior.

Essas experiências são comuns o suficiente apenas para alguns contemplativos e místicos, enquanto a maioria dos seres humanos só as têm no momento da morte ou depois.

Quando a chama sob a panela fica tão baixa que a água para de ferver, a autoconsciência permanece livremente em um estado de vaziez da mente que pode ser comparado ao espaço entre dois pensamentos. Nesse estado de consciência, os pensamentos podem surgir quando necessários, mas quando não são mais necessários, eles se dissolvem espontaneamente na vaziez. Durante todo o processo, a consciência permanece imperturbável.

Então, quando a chama que arde sob a panela se apaga e o conteúdo bem cozido acaba no estômago de uma ou mais pessoas para se alimentar, é o momento em que sujeito e objeto se tornam uma coisa só. As fantasias de sua imaginação se dissolvem, sua mente perde qualquer senso de separação de tudo o mais e a consciência individual retorna à consciência universal como uma criança encontrando sua mãe novamente.

> *Alguém com menor capacidade, incapaz de permanecer no estado natural, deve deixar a consciência em sua condição essencial, controlando a respiração. [Além disso], através de vários métodos de fixação do observador e concentração do pensamento, controla-se a mente até que a consciência permaneça no estado natural.*

Segundo Tilopa, há pessoas capazes de colocar em prática os conselhos essenciais do Grande Selo sem precisar meditar sobre um mestre ou sobre a transitoriedade e ilusões da existência e que não precisam cortar seus laços afetivos e entrar em retiro solitário afim de relaxar e redescobrir sua essência espiritual. Essas pessoas são dotadas de maior capacidade do que outras.

Há também muitas pessoas que, nas palavras de Tilopa, sendo incapazes de permanecer no estado natural através das instruções anteriores, não pertencem às categorias superiores ou médias, mas sim às inferiores e, portanto, precisam de ainda mais métodos.

Deve ficar claro que esta classificação das pessoas em categorias é puramente metodológica e pragmática, na medida em que diz respeito apenas a diferentes procedimentos cognitivos e não implica nenhum juízo de valor sobre o nível espiritual de indivíduos isolados. É como dizer que há pessoas mais intuitivas e outras mais racionais ou mais emocionais; os mais intuitivos são superiores, apenas porque podem compreender antes dos outros o verdadeiro significado da essência que transcende o pensamento racional e as emoções.

Aqueles pertencentes à terceira categoria podem treinar para ganhar gradualmente o controle da respiração, regular suas fases e aumentar a apneia porque, para citar um antigo ditado indiano, a respiração é como um cavalo e a mente é seu cavaleiro.

Outra prática gradual consiste em dirigir o olhar para baixo, para frente ou para cima, enquanto concentra a mente em um objeto concreto ou visualizado no espaço vazio, fora ou dentro do corpo.

O principal objetivo dessas técnicas é conseguir permanecer no estado de pura consciência com a mente vazia ou com pensamentos e sensações presentes, mas sem causar distração. Alguns desses métodos também são utilizados na tradição esotérica em relação à segunda iniciação e ao "selo do ensinamento" (*dharmamudra*).

Recebi a segunda iniciação, o "empoderamento secreto" (*gsang dbang*), aos dez anos de idade. Seguindo escrupulosamente as explicações do meu professor sobre os métodos de respiração, as posturas físicas e as visualizações, aprendi primeiro a concentrar

minha energia psíquica nos centros de energia (*chakra*) na cabeça, garganta, coração e umbigo e, posteriormente, trazê-la do centro sexual para o centro da cabeça.

É muito importante adotar métodos de validade comprovada. Idealmente, deve-se seguir a orientação de um professor da disciplina para não prejudicar a saúde física e o equilíbrio mental por meio de exercícios de respiração e concentração prejudiciais ou mal executados.

> *Confiando no selo da ação, surge o conhecimento de vaziez e gozo; quando as energias dos meios e da sabedoria se unirem, deixe-as descer lentamente, então que sejam retidas, puxadas para trás, trazidas de volta à fonte e espalhadas por todos os corpos. Se, neste momento, não há mais desejo, surge o conhecimento da vaziez e do gozo.*

Na terceira iniciação esotérica você pratica o “selo da ação” (*karmamudra*), ou seja, a relação heterossexual, aceita pelo budismo tântrico como um possível meio de libertação, contrariando a tradição comum fundada exclusivamente em instituições monásticas.

Quando Naropa recebeu estes últimos conselhos, ele já conhecia o caminho da união sexual consagrado através do ritual esotérico, mas ainda estava apegado às mulheres e, além disso, estava convencido de que o pleno despertar espiritual não era possível sem a experiência do prazer sexual, adequadamente controlado e canalizado para cima.

Ele ainda precisava entender que ninguém avança espiritualmente por meio do prazer sexual. No entanto, o sexo pode permitir a superação de grandes obstáculos se for a expressão do amor verdadeiro. O amor é sublime quando, mais do que colocar sujeito e objeto em uma relação dualista baseada na dominação, exploração e possessividade, é um sentimento que os harmoniza em uma relação não-dual de igualdade, fusão e sem limites.

Para este fim, o budismo esotérico considera a relação sexual como a união dos aspectos complementares da divindade, meios masculinos (*upaya*) e sabedoria feminina (*prajna*). Durante a relação sexual, o homem e a mulher se visualizam como seres divinos. A imagem da Fada Adamantina é uma das muitas representações femininas da divindade. Além disso, de acordo com os Tantras, deve-se aprender a não dissipar a energia sexual, mas retê-la e conduzi-la de volta do órgão sexual à cabeça.

Quando no jogo amoroso há liberdade e compreensão de sua sacralidade, em certo ponto o desejo apaixonado se dissolve como uma nuvem no céu, mas o sentimento de gozo continua a vibrar. Tilopa diz que, neste momento, surge o conhecimento não-dual da vaziez e do gozo, que é o estado de pura consciência.

> *[Quem assim praticar] viverá muito, sem cabelos brancos, e crescerá como a lua; ele ou ela terá um semblante luminoso e a força de um leão, obterá rapidamente os poderes comuns e permanecerá absorto no despertar supremo.*

Tilopa afirma que consumar as relações sexuais, tendo em conta a orientação anterior, pode não levar à deterioração física ou ao desarranjo psíquico.

Quando recebi a terceira iniciação tântrica, eu era um monge de doze anos, no entanto, meu mestre me autorizou tanto a imaginar a relação sexual quanto a vivenciá-la na realidade congruente com os preceitos da iniciação. Minha tradição não encontra contradição nisso, porque os votos monásticos são externos e, portanto, não são quebrados pela observância do compromisso tântrico, que é secreto.

A diferença básica entre um monge ou monja tântrico e um leigo é que o primeiro não constitui uma família. Em todo caso, um praticante genuíno ou os Tantras ortodoxos não é libertino, ele ou ela mantém a castidade, mas sem estar preso às rígidas regras da ética monástica. A verdadeira castidade consiste no controle perfeito da mente, da energia psíquica. Há muito tempo, os mosteiros estão cheios de pessoas dissolutas, enquanto fora de seus

limites apertados há muitos leigos que vivem castamente mesmo sem nunca terem feito votos.

> *Que este conselho sobre a essência do Grande Selo permaneça no coração daqueles destinados [a recebê-lo].*

Ao receber este conselho, Naropa dedicou vários anos à prática das meditações relacionadas com as iniciações esotéricas mencionadas acima. Ele seguiu seu próprio caminho gradual com devoção e determinação, até que, um belo dia, intuiu o real significado dos ensinamentos de Tilopa sobre a essência da consciência que transcende o intelecto e a ação. Nesse ponto, Naropa recebeu o conselho final sobre a quarta iniciação e, finalmente, embarcou no curto caminho da compreensão instantânea.

* 4 *

O Tesouro de Hinos

HOMENAGEM ao glorioso Ser Adamantino!

Homenagem ao Grande Selo, autoconsciência imutável!

TODOS os fatores da existência brotam da substância do Grande Selo e se dissolvem nela. Não é algo, não é nada, pois está além de qualquer determinação. Como não pode ser conhecido pela mente, não busque o significado.

Todos os fenômenos são por sua própria natureza falsos, então não há começo nem fim.

Aqui, o que a mente pode conhecer não é considerado como o verdadeiro meio de ser da realidade; a verdadeira realidade não é [tornada conhecida] pelo professor nem é [conhecida] pelo discípulo.

Não conceba este estado nem como consciente nem como inconsciente; compreenda, em vez disso, que é aquele desprovido de multiplicidade. Mas se você se apegar ao um, apenas isso o atará.

Eu, Tilo, não tenho nada para ensinar. Não fico recluso, nem estou sem reclusão. Meus olhos não estão abertos, nem estão fechados. Minha consciência não é alterada, nem é inalterada.

Realize que o estado natural não pode ser conhecido com a mente. Se você entende que experiências, memórias e conhecimentos adventícios são algo falso em relação à verdadeira realidade indeterminável, deixe todos esses fenômenos como eles são. Não há miséria ou prosperidade, nem obtenção ou perda.

Não permaneça na floresta, praticando o ascetismo. O gozo não pode ser encontrado por meio de limpeza e purificação ritualística.

Nem a adoração de deidades lhe trará libertação. Compreenda o relaxamento em que não se agarra nem rejeita nada.

O objetivo é a consciência de sua verdadeira natureza. No instante em que se alcança esse entendimento, não há mais nenhum caminho a seguir. Pessoas comuns que não entendem buscam o objetivo em outro lugar. Gozo é transcender a esperança e o medo.

Quando o pensamento-eu se dissolve, a visão dualista cessa.

Sem pensar, imaginar, examinar, julgar, meditar, agir, esperar ou temer, os impulsos do intelecto que se fixam nessas [atividades] se dissolvem espontaneamente. É assim que se alcança o estado primordial. [1]

---

1. Este é o colofão: "O Tesouro de Hinos, composto por Tilopa, está completo. Traduzido independentemente [para o tibetano] pelo professor Vairocana."

* 5 *

Comentário

Homenagem ao glorioso Ser Adamantino!
Homenagem ao Grande Selo, autoconsciência imutável!

O Ser Adamantino é uma divindade masculina. Tilopa lhe dedicou a primeira homenagem de seus conselhos finais porque viu que seu discípulo Naropa era capaz de reconhecer a completude primordial de sua essência sem precisar buscá-la em uma imagem feminina.

A substância singular adamantina de todos os seres, o verdadeiro *Si*, no qual os princípios masculino e feminino são inseparáveis, é a pura consciência; se conhece espontaneamente pois é por si só resplendorosa e não muda com o tempo pois é imutável.

Todos os fatores da existência brotam da substância do Grande Selo e se dissolvem nela. Não é algo, não é nada, pois está além de qualquer determinação. Como não pode ser conhecido pela mente, não busque o significado.

O Grande Selo não é apenas a verdadeira natureza dos seres vivos, mas também a substância suprema de toda a realidade. Assim como existe um elemento etérico primordial, existe também um princípio metafísico que constitui a essência divina dos seres e dos mundos, a base total de todas as coisas. No entanto, a verdadeira divindade não pode ser identificada com uma forma, um nome ou um conceito, nem por isso sua existência pode ser refutada.

Se não existisse um princípio original, sem causa, não haveria como transcender os limites da realidade aparente que está sujeita ao devir, mas quem pode dizer em que consiste? Qualquer esforço pessoal destinado a realizar a realidade absoluta é fútil porque não

pode ser apanhada pela rede da mente humana. O céu pode ser apreendido ou circunscrito?

> *Todos os fenômenos são por sua própria natureza falsos, então não há começo nem fim.*

Imagine que você está sonhando com um homem que está tentando matá-lo; como é um sonho, ele não pode realmente te machucar, então você não precisa se defender.

Não pense que você tem que renunciar a muitas experiências de vida comuns porque acredita que elas são incompatíveis com a evolução espiritual. Nem você deve pensar que, de fato, o mal existe objetivamente independentemente dos maus pensamentos das pessoas.

Alguém poderia argumentar que, em todo caso, mais cedo ou mais tarde você deixa de sonhar e que, da mesma forma, quando um ser humano atinge a realização total, para ele a vida se extingue definitivamente, porque a perfeição espiritual é incompatível com a existência. Se você acredita que essa linha de raciocínio é válida, então ouça e reflita. É possível sonhar sem consciência? E o fim de um sonho leva à morte?

Agora, olhe para este espelho. Que imagem você vê? Você sabe muito bem que é apenas uma imagem do seu rosto, mas a imagem continua aparecendo. O ignorante pode acreditar que o reflexo é algo real. Da mesma forma, mesmo as pessoas mais inteligentes não reconhecem a natureza ilusória dos fenômenos. Embora haja alguém que a reconheça, os fenômenos continuam surgindo. Você entende o verdadeiro motivo? Toda a realidade, tal como aparece, nada mais é do que a manifestação do grande espelho da verdadeira divindade.

> *Aqui, o que a mente pode conhecer não é considerado como o verdadeiro meio de ser da realidade; a verdadeira realidade não é [tornada conhecida] pelo professor nem é [conhecida] pelo discípulo.*

No estado do Grande Selo, qualquer coisa que a mente possa conhecer não é considerada o verdadeiro meio de ser da realidade. O reflexo não é o espelho. A aparência não é a verdadeira realidade. Como então um professor pode transmitir a verdade suprema? Se o professor não pode permitir que você saiba, por que continuar confiando nele? Cabe ao discípulo ver por si mesmo? Mas como ele ou ela vai conseguir, já que é indeterminável como o céu?

> *Não conceba este estado nem como consciente nem como inconsciente; compreenda, em vez disso, que é aquele desprovido de multiplicidade. Mas se você se apegar ao um, apenas isso o atará.*

Se você afirma que o estado do Grande Selo é consciente, isso significa que é cognoscível e, portanto, determinável. Se você afirma que é inconsciente, você nega sua existência, como se fosse um chifre de lebre que não pode ser percebido pois realmente não existe.

Segundo Tilopa, é aquele desprovido de multiplicidade porque nesse estado de ser não se sente a separação entre o eu e o outro, entre isso e aquilo. Mas tenha cuidado: se você se apegar ao um, apenas isso o atará. O um de quem o professor está falando é como o espelho; o um ao qual você pode se apegar com sua mente é meramente uma imagem, novamente o reflexo no espelho.

Mesmo a convicção mais sutil e profunda é uma armadilha. Qualquer posição dogmática é como uma nuvem, cobrindo o céu e obscurecendo o sol; você acha que pode dissolvê-la ou removê-la soprando-a? Ou você acha que pode se sentar para contemplar o que está além?

> *Eu, Tilo, não tenho nada para ensinar. Não fico recluso, nem estou sem reclusão. Meus olhos não estão abertos, nem estão fechados. Minha consciência não é alterada, nem é inalterada.*

É por isso que Tilopa declara que não tem nada a ensinar; nele todo tipo de fixação mental se dissolveu. Aqueles que realmente entendem o Grande Selo podem viver no meio das pessoas sem serem perturbados, podem manter os olhos bem abertos sem ver nada, e sua consciência, livre de delusões mentais, não pode ser alterada por nada.

> *Realize que o estado natural não pode ser conhecido com a mente. Se você entende que experiências, memórias e conhecimentos adventícios são algo falso em relação à verdadeira realidade indeterminável, deixe todos esses fenômenos como eles são. Não há miséria ou prosperidade, nem obtenção ou perda.*

A mente é como um reflexo ou uma nuvem. Em si mesma, a consciência é como o espelho claro e límpido ou o sol no céu. Reflexos e nuvens são fenômenos múltiplos, mas se manifestam espontaneamente no único espelho ou no único céu. Por isso, Tilopa afirma que não há nada a ganhar ou perder.

Por que então você continua se recusando a viver sua vida ao máximo, permanecendo obstinadamente isolado no estreito refúgio de seu pequeno ego? Tilopa exortou seu discípulo assim, uma vez que ele estava pronto para entender:

> *Não permaneça na floresta, praticando o ascetismo. O gozo não pode ser encontrado por meio de limpeza e purificação ritualística. Nem a adoração de deidades lhe trará libertação. Compreenda o relaxamento em que não se agarra nem rejeita nada.*

Nem a ablução, nem uma dieta rígida, a troca ritualística de vestimentas, a abstinência sexual ou qualquer outro tipo de observância exterior podem garantir o gozo da verdadeira pureza interior. Tampouco a adoração das várias deidades, que variam de acordo com as diferentes religiões, tradições familiares e

preferências individuais, lhe dará total liberdade da rede da mente que busca sua própria libertação.

Há apenas uma coisa que você pode fazer que não alimentará a ilusão de seu pequeno ego: entender o relaxamento em que não há apego ou rejeição a nada. Tome cuidado, esta não é uma técnica que seu ego pode usar para seu próprio crescimento, nem é uma instigação à licenciosidade.

O verdadeiro significado do relaxamento de que Tilopa está falando só é verdadeiramente realizado quando você se desprende do aperto firme do seu ego. Se você relaxar dessa maneira, a tensão do apego e da aversão se dissolve e a natureza límpida de sua consciência brilha como um espelho que reflete todas as coisas igualmente, sem se esforçar para reter alguns reflexos e eliminar outros.

> *O objetivo é a consciência de sua verdadeira natureza. No instante em que se alcança esse entendimento, não há mais nenhum caminho a seguir. Pessoas comuns que não entendem buscam o objetivo em outro lugar. Gozo é transcender a esperança e o medo.*

A consciência de sua verdadeira natureza, a única essência divina presente em cada ser, é a autoconsciência da homenagem de abertura. De acordo com Tilopa, é o único objetivo verdadeiro da vida humana. Ao alcançá-lo, compreende-se que, paradoxalmente, o ponto de chegada é o mesmo que o ponto de partida. Cada instante é partida e chegada ao mesmo tempo. Então, que sentido há em viver esperando alguma realização futura?

Pare de se projetar no tempo futuro, porque isso o impede de viver plenamente a sacralidade do presente. Enquanto você buscar a meta no futuro e fora de si mesmo, nunca encontrará paz. Ouça Tilopa: “Gozo é transcender a esperança e o medo.” O reino de Buda, ou de Deus, já está presente, aqui e agora, para quem tem o olho singular da fé pura.

Quando o pensamento-eu se dissolve, a visão dualista cessa.

Uma coisa sólida pode colidir com outra coisa sólida. Enquanto você acreditar que é isso ou aquilo, o conflito com outra coisa é sempre possível. Seja como o céu que abraça e permeia tudo e você verá que a ilusão do dualismo cessará junto com todo tipo de conflito.

Sem pensar, imaginar, examinar, julgar, meditar, agir, esperar ou temer, os impulsos do intelecto que se fixam nessas [atividades] se dissolvem espontaneamente. É assim que se alcança o estado primordial.

Não há nada a fazer deliberadamente para ser como o espaço. Apenas deixe suas fixações mentais se dissolverem espontaneamente como ondas, "sem pensar, imaginar, examinar, julgar, meditar, esperar ou temer", como diz Tilopa. No momento em que isso acontece, você alcança o estado primordial, seu verdadeiro meio original e natural de ser.

Se continua pensando que essa realização é um evento no futuro, você ainda não entendeu o significado do Grande Selo. Se está determinado a compreendê-lo, então observe-se interiormente e esteja ciente de quando a onda de pensamento ou emoção surge em sua mente; não tente sustentá-la ou contê-la, em vez disso, relaxe e deixe-a dissolver-se naturalmente. Se você tiver sucesso, não fique orgulhoso porque outras ondas muito mais altas podem surgir. Se você não conseguir, não se preocupe porque a água é a mesma na onda e nas profundezas calmas. Agora vá e seja feliz...

GISEPPE BAROETTO (GB): Antes de ir, gostaria de fazer algumas perguntas.

LHÜNDRUP TENZIN (LT): Então fique e tire suas dúvidas.

GB: Se Mahamudra não pode ser ensinado e a pura essência da consciência não pode ser apontada, dizendo: "É assim", por que

somos ensinados a reconhecer nossa verdadeira natureza voltando nossa atenção para dentro?

LT: Isso é feito para despertar da distração, redescobrindo a plena autoconsciência no estado de auto-liberação. Distração significa deixar-se condicionar por pensamentos dualistas, por todos aqueles pensamentos que nos limitam, nos prendem, nos impedem de voar livremente no céu como uma grande águia.

GB: Manter-se presente em si mesmo não me parece um estado natural porque requer esforço.

LT: O esforço é necessário porque a presença que você está procurando manter ainda é dualista. Supere a separação entre sujeito e objeto.

GB: Mas a presença não-dual da qual você está falando é um estado de contemplação que não ocorre facilmente em qualquer momento.

LT: Durante a contemplação, você aprende a fundir sua consciência com o grande vazio, o ser puro que é a base universal sem raciocinar, julgar ou visualizar nada. Mas, na vida cotidiana, você deve ser capaz de integrar contemplação e ação. Você não pode se integrar porque acha que precisa realizar um estado estável de contemplação e, quando não consegue, se esforça para evitar se distrair tentando permanecer presente em si mesmo. Mas tudo isso não é natural e implica uma divisão interna.

Não fique com a mente presa na sensação de presença. Caso contrário, você acabará vivendo em um estado de consciência em que sentir a si mesmo e sentir o outro estão separados. Sua consciência permanece dividida em uma parte voltada para o sujeito e outra voltada para o objeto.

Durante a vida diária, volte sua atenção para si mesmo de vez em quando, quando perceber que se deixou distrair por pensamentos limitantes, integre a presença com suas variadas atividades. Mergulhe livremente o sentir-se com o ato de ver, ouvir, cheirar, saborear, pensar e experimentar emoções. Quando você se integra dessa maneira, não se sente como algo separado, mas é simplesmente você mesmo no momento presente.

Não pense que a consciência não-dual é um estado particular de consciência que somente os contemplativos podem alcançar, é o estado de ser que qualquer um pode experimentar quando realmente é a si mesmo no momento presente.

Mahamudra significa estar presente sem separar o que você é do que gostaria de ser. Quando, em vez de ser a si mesmo tentando ser, você altera seu estado natural e vive dividido interiormente, atormentado entre a esperança e o medo, de modo que não está totalmente presente. Não procure o que já está aqui. A verdadeira busca espiritual está em não buscar.

GB: No entanto, Tilopa parece ter realizado um estado de consciência não-dual livre da ilusão do ego. Sabendo disso, inevitavelmente a meditação é praticada com o objetivo de alcançar essa realização final.

LT: Este é o erro que está impedindo você de estar presente aqui e agora. Se ver isso, entenderia que sua própria consciência comum é o objetivo. A realidade absoluta, que seu venerável mestre chama de *Dzogchen*, é onipresente, de modo que cada aspecto da vida traz seu selo indelével.

A mente percebe apenas um presente, não tudo o mais. Portanto, não limite o presente. Abra os olhos e veja: você já é um Buda! O problema está em sua mente que pensa que ainda não é o que deseja se tornar.

Tilopa compreendeu o verdadeiro significado do grande Selo quando experimentou a contemplação adamantina, na qual a consciência está incessantemente desperta, mas livre de imagens mentais. No entanto, ele transmitiu o ensinamento do Grande Selo a Naropa desde o primeiro encontro, porque sabia que a verdade da essência original de si mesmo é sempre válida.

Você também pode entender a verdade do Grande Selo, agora mesmo, se apenas parar de julgar a si mesmo; considere cada aspecto de si com equanimidade, sem recusar nenhuma parte e, finalmente, deixe-se ser a divindade que sempre foi.

GB: Mas, no momento em que percebo que um pensamento está me limitando, fiz um julgamento.

LT: Não prenda sua atenção a esse pensamento limitante para segui-lo justificando-o ou evitá-lo condenando-o. Em vez disso, esteja presente em si mesmo com equanimidade e relaxe, deixando que o pensamento se dissolva por si só, naturalmente.

Os pensamentos dualistas são guias que podem lhe ensinar algo importante porque também são expressões da energia do Grande Selo. Para contemplar a divindade em todos os seres, você deve começar consigo mesmo; aprenda a ter consciência de si sem se julgar, para assim entender os outros da mesma maneira.

GB: Para mim, esta contemplação da divindade é apenas uma ideia que não corresponde à realidade.

LT: Uma ideia pode ser realidade, se você estiver convencido disso. Mas você não está convencido disso pois pensa que é limitado por natureza, então julga os outros da mesma maneira. A dificuldade que tenho com você é semelhante à que Tilopa teve com Naropa. Escute com o coração as palavras de quem entendeu, são palavras adamantinas porque apontam sua verdadeira natureza original, que é pura, límpida e perene.

O tempo, do jeito que você o vive, é uma ilusão. Desde o início você já tinha o que espera obter no final da roda. "Buda" é aquele que realiza esse entendimento. O divino Senhor da "Roda do Tempo" (Kalacakra), livre do nascimento e da morte, sempre esteve sentado no trono central de seu coração eterno. Essa é a sua essência adamantina, então você já é um Ser Adamantino.

Chame de Deus, se preferir, ou Alá, Grande Espírito, Tao, Brahma, Shiva, Vishnu, Cristo Cósmico, Buda Primordial ou qualquer outra forma e, se não quiser dar um nome, fique em silêncio; mas você deve saber que o sentido último não muda porque a base original real é una e universal, transcendente mas imanente, inefável mas luminosa, onipotente, abrangente e onipresente. A panaceia, o remédio que cura todos os males, é apenas essa consciência singular.

GB: Se isso é verdade, então por que continuo experimentando limitações, sofrimento e ilusão?

LT: Buda Sakyamuni também os experimentou da mesma forma que você, caso contrário não teria sido capaz de transcendê-los e então indicar o caminho da liberação. Sem sono, não há *nirvana* ou liberação. Mas você só desperta para sua própria natureza búdica aprendendo a não separar *samsara* e *nirvana*.

Você sabe que um dos muitos nomes dados ao Buda Primordial é Bondade Universal (Samantabhadra), justamente porque está presente em todos os seres sem qualquer discriminação. Budas individuais se manifestam nos três momentos do tempo reconhecendo essa única base original. Então, ame a si mesmo e a todos os seres assim como o Buda primordial, que, estando presente em cada ser, ama a si mesmo e a toda vida, assim, você entenderá o verdadeiro sentido de despertar para o estado que já está desperto…

Padmasambhava

Parte II.

Atiyoga

* 1 *

PREMISSA

ESTA SEÇÃO contém a tradução comentada de um texto tibetano que expõe as instruções mais essenciais da doutrina budista Dzogchen (Grande Completude), também conhecida em sânscrito como *Atiyoga* (União Extrema). [1]

O autor é Padmasambhava, o "Nascido no Lótus", o lendário guru budista vindo de um antigo reino indiano conhecido como Uddiyana. Considerado o primeiro a introduzir os ensinamentos esotéricos dos Tantras no Tibete, ele também participou da fundação do templo Samye (*bSam yas*), que remonta a 755 d.C.

O presente texto pertence ao mesmo ciclo literário que inclui o célebre "Livro Tibetano dos Mortos". No entanto, em vez de prescrever as visualizações, *mantras* ou palavras de poder, *mudras* ou gestos simbólicos e outras técnicas características dos métodos tântricos budistas, ele defende somente a pura consciência (*rig pa*), na qual o verdadeiro estado natural e original do indivíduo e de toda a existência se revela espontaneamente, além de toda elaboração mental e esforço pessoal para alcançá-lo.

Os ensinamentos de Padmasambhava estão na forma de um

---

1. *Rig pa ngo sprod gcer mthong rang grol*, em *Zab chos zhi khro dgongs pa rang grol las bar do thos grol gyi skor*, Dharamsala, 1984, vol. tha, pp. 373-402 = A. Comparei a edição impressa em minha posse com a que pertence ao Tucci Tibetan Fund no IsIAO em Roma (vol, na, ff, 1-25a) = B. Cf Dieter Michael Back, *Rig pa no spord gcer mthon ran grol*. *Die Ekenntnislehre des Bar do thosgrol*, Wiesbaden, 1987, pp. 78ff. Para outras traduções cf. W.Y. Evens-Wentz, *The Tibetan Book of the Great Liberation*, Londres, 1954, pp. 202-39; John Myrdhin Reynolds, *Self-liberation through seeing with naked awareness*, Nova York, 1989, pp. 71ff; Robert A.F. Thurman, *The Tibetan Book of the Dead*, Londres, 1994, pp. 227-42.

compêndio de breves instruções, dirigidas aos praticantes budistas para capacitá-los a compreender a essência mais íntima e o único objetivo comum a todas as inúmeras doutrinas espirituais e vários métodos de prática, além de suas diferenças aparentes.

A tradução do texto de Padmasambhava é seguida por um comentário do Lama Rangdröl Naljor. Conheci o Lama em dezembro de 1989; naquela época ele estava hospedado em Delhi, esperando para retornar ao seu eremitério no Himalaia. Acho que não teria sido possível conhecê-lo se Sherab Senge, um de seus poucos discípulos tibetanos, não tivesse falado dele para mim. O Lama é um velho mestre Dzogchen, que, no entanto, se veste como um simples leigo tibetano e passa a maior parte do tempo em solitários eremitérios nas montanhas.

A primeira vez que o vi, trouxe comigo o texto de Padmasambhava e uma escritura revelada (Tantra) conhecida em tibetano como Kunje Gyalpo (*Kun byed rygyal po*), "O Soberano Criador de Tudo". [2] Assim que me viu, o Lama perguntou o que eu estava fazendo com aqueles livros tibetanos. Um tanto constrangido, expliquei que pretendia traduzir o texto de Padmasambhava e estudar o Tantra, pois sabia que era uma fonte fundamental do ensinamento Dzogchen.

O Lama ficou parado, me observando em silêncio por alguns segundos, depois estendeu as duas mãos e pediu os textos. Ele ficou

---

2. *Chos thams cad rdzogs pa chen po byang chub kyi sems kun byed rgyal po*, em *rNyng ma'i rgyud 'bum – A Collection of Treasured Tantras Translated During the Period of First Propagation of Buddhism in Tibet*, ed. Por Dingo Khyentse Rinpoche, Thimphu, Bhutan, 1973, vol. ka, pp. 1-220 = A; O *mTshams-brag Manuscript of the rNying ma rgyud 'bum*, Thimphu, Butão, 1982, vol. ka, pp. 1-261 = B; em O Tripitaka Tibetano, Tokyo-Kyoto, 1956, No. 451, vol dza/9, pp. 93-126 = C. Cf. E.K. Neumaier-Dargay, *The Sovereign All-Creating Mind – The Motherly Buddha*, Albany, 1992 (A Soberana Mente Criadora de Tudo/ também disponível em português); Chögyal Namkhai Norbu, Adriano Clemente, trad. Andrew Lukinowicz, *The Supreme Source*, Ithaca, 1999; Longchenpa, trad. Kennard Lipman e Merril Perterson, *You Are the Eyes of the World*, Novato, 1987.

um tempo extasiado, olhando para eles sem abri-los, depois colocou os textos na minha cabeça um de cada vez, cantando alguns versos em tibetano, e me disse que esse rito simples era a transmissão deles. Ele então abriu o texto de Padmasambhava e começou a explicá-lo, citando de cor várias passagens do *Kunje Gyalpo* Tantra.

* 2 *

Introdução à Consciência

HOMENAGEM à divindade de três corpos,
a consciência que por si só resplandece!

De "O Ensinamento Profundo
sobre a Liberação Natural
através da contemplação
sobre as deidades Pacíficas e Iradas:"

Introdução à Consciência;
Liberação Natural Através da Visão Desnuda

CONTEMPLE bem por meio da introdução à autoconsciência aqui exposta. Ó filhos dignos! *Samaya*. Selado, selado, selado.

Ó! A única consciência que permeia tanto a transmigração quanto a liberação somos nós mesmos desde o início, mas não a reconhecemos; sua consciência clara é incessante, mas não a encontramos; aparece em toda parte sem obstruções, mas não a discernimos.

Para podermos reconhecer nossa verdadeira natureza, não há nada dentro dos inúmeros ensinamentos dos vitoriosos dos três tempos, como os 84.000 portais do Dharma, que vá além dessa compreensão.

Mesmo que as escrituras sagradas sejam infinitas como a extensão do céu, em última análise, seu significado é a introdução à consciência, exprimível em três palavras. A introdução direta à intenção dos vitoriosos é justamente este ensinamento, indicado sem sigilo.

Ó filhos dignos, ouçam-me!

A palavra “consciência” é bem conhecida, mas quantas asserções limitadas surgiram de sua interpretação errônea, de seu conhecimento falho ou parcial e de sua compreensão equivocada sobre seu real significado.

Indivíduos comuns, que não compreendem sua verdadeira natureza, vagam entre os seis seres dos três mundos em sofrimento; este é o defeito de interpretar mal a consciência como ela é em si mesma.

Aqueles que seguem doutrinas extremistas têm uma compreensão errônea porque estão dentro dos limites da permanência e da cessação.

A compreensão dos ouvintes e dos vitoriosos espontâneos é apenas parcial; eles afirmam que compreendem a ausência do ego, mas sua compreensão não é perfeita. Além disso, eles não contemplam a luz clara porque são condicionados por suas posições filosóficas e por seus textos autoritários. De fato, os ouvintes e os vitoriosos espontâneos são impedidos pelo apego ao objeto e ao sujeito.

Os seguidores do “caminho do meio” são impedidos pelo apego à sua concepção das duas verdades.

Os seguidores [dos Tantras] da ação ritualística, [os dualistas] e [aqueles] da união são impedidos pelo apego à sua concepção das fases de adoração.

Os seguidores [dos Tantras] da grande união e da união subsequente são impedidos pelo apego à sua concepção da fonte e da consciência.

Eles se extraviam porque dividem em dois o que é desprovido de dualidade; não alcançando a unidade na qual não há dualidade, eles não alcançam a iluminação.

Na consciência de todos [os seres] não há separação entre transmigração e liberação, então devido a esses veículos que acarretam rejeição e assentimento, renúncia e aceitação, [os seres] continuam vagando em transmigração.

Os três corpos [dos Budas] estão naturalmente presentes, sem nenhum esforço, em autoconsciência; no entanto, os tolos que fazem cálculos sobre níveis e caminhos através de métodos para ir longe, em direção a outra coisa que não seja esta [verdade], são indolentes quanto ao significado [definitivo].

O estado de consciência dos Budas está além da mente, no entanto, aqueles que meditam em imagens específicas e praticam a recitação [de *mantras*] se enganam [em relação a essa verdade].

Assim, você deve deixar tudo permanecendo livre de qualquer ato de alteração. Então, graças a este ensinamento sobre a liberação natural através da visão da consciência desnuda, você deve entender que toda a realidade permanece em grande liberação natural, então tudo também é completo no estado de Grande Completude. *Samaya*. Selado, selado, selado.

Ó! A percepção límpida que chamamos de "consciência" não existe como algo [concreto, mas] dela surgem todos os sofrimentos e alegrias da transmigração e da liberação; concebido de acordo com as crenças dos onze veículos, tem inúmeros nomes diferentes. Alguns dizem que é a verdadeira natureza da consciência. Alguns não-budistas chamam isso de "Si". Os ouvintes dizem que é a ausência de um ego pessoal. Os idealistas chamam isso de "consciência". Alguns chamam isso de "caminho do meio". Alguns dizem que é um conhecimento transcendente. Alguns chamam isso de "essência dos seres realizados". Alguns chamam de "grande selo". Alguns chamam de "único ponto". Alguns chamam de "fonte da realidade". Alguns chamam de "base universal". Alguns chamam de "senso comum".

[Se o mestre] for introduzir a [consciência] apontando-a diretamente, [a instrução é a seguinte].

Depois que o pensamento passado desapareceu sem deixar vestígios e o pensamento futuro ainda não surgiu, [a mente] é fresca e nova. Nesse momento, enquanto se observa desnuda e naturalmente no presente sem criar nada, o senso ordinário, comum, cotidiano é a claridade na qual não há nada para ver; é um

estado puro e vazio no qual não há nada que possa ser determinado; é a lucidez em que clareza e vaziez não são duas coisas.

Não é algo permanente, na verdade de forma alguma pode ser determinado; nem é nada, porque é um estado de clareza límpida. Não é único enquanto é consciência clara na multiplicidade; nem pode ser determinado como múltiplo, porque é o gosto singular da inseparabilidade. Não é extrínseco, é apenas autoconsciência.

Sendo esta a introdução real à natureza da realidade, aqui os três corpos [dos Budas] são inseparavelmente completos em unidade. Vaziez, indeterminável, é o corpo de realidade; clareza, o esplendor natural de vaziez, é o corpo de fruição; a manifestação que aparece em todos os lugares sem obstáculos é o corpo de emanação. A completude dos três corpos em unidade é o estado essencial.

Se [o mestre] for introduzir a [consciência] instantaneamente apontando apenas para ela, [a instrução é a seguinte].

É apenas sentir-se no momento presente; é apenas este estado inalterado que por si só é resplandecente. Por que, então, você diz que não entende a verdadeira natureza da consciência? Aqui não há nada sobre o que meditar. Por que, então, você diz que, mesmo meditando, isso não aparece?

É apenas esta consciência imediata. Por que, então, você diz que não encontra sua própria consciência? É apenas esta consciência clara incessante. Por que, então, você diz que não vê sua face? É apenas o pensador. Por que, então, você diz que, mesmo procurando, não encontra?

Aqui não há nada a fazer. Por que, então, você diz que mesmo que execute [a prática], isso não aparece? Permanecer em seu estado, sem modificá-lo, é suficiente. Por que, então, você diz que não pode ficar nele? Permanecer como está, sem fazer nada, é o suficiente. Por que, então, você diz que não tem forças para fazê-lo?

Vaziez, clareza e consciência são inseparáveis e estão presentes espontaneamente. Por que, então, você diz que, mesmo engajado nisso, não se realiza? Surgindo espontaneamente, sem causas ou

condições, existe espontaneamente. Por que, então, você diz que, mesmo se esforçando, não é capaz [de realizar isso]?

Os pensamentos surgem e se dissolvem ao mesmo tempo. Por que, então, você diz que não pode se libertar [deles] aplicando um antídoto? É apenas este senso do momento presente. Por que, então, você diz que não sabe?

A verdadeira natureza da consciência é certamente vazia e sem base; não é concreta, é como o espaço vazio. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.

Esta não é a vaziez da visão niilista, de fato o conhecimento espontâneo é certamente radiante desde o início; surge e brilha por si só como o coração do sol. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.

A consciência é certamente incessante desde o início; é como a corrente principal de um rio que flui continuamente. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.

As flutuações mentais certamente não podem ser apreendidas; são movimentos sem solidez como uma brisa no céu. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.

Todos os fenômenos, sejam eles quais forem, são certamente nossa própria manifestação; tudo o que aparece é como nosso reflexo em um espelho. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.

Todas as imagens [mentais] certamente se dissolvem espontaneamente; elas surgem por si mesmas e se dissolvem por si mesmas como nuvens no céu. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.

Não há nada além de consciência; à parte disso, não há visão para observar. Não há nada além de consciência; à parte disso, não há meditação para praticar. Não há nada além de consciência; à parte disso, não há conduta a ser aplicada. Não há nada além de consciência; à parte disso, não há nenhum compromisso a manter. Não há nada além de consciência; à parte disso, não há objetivo a realizar.

Contemple com frequência, contemple sua própria consciência. Observando exteriormente, no espaço celestial, não há lugar para o qual a consciência se mova. Observando internamente, aqui dentro de sua própria consciência, não há ninguém que se mova com o pensamento. Portanto, sua própria consciência é luminosamente resplandecente sem cintilar.

A luz clara da autoconsciência é vazia, [assim] é o corpo de realidade; como o sol surgindo em um céu claro e sem nuvens, conhece tudo claramente, mas sem quaisquer conceitos. Há uma grande diferença entre compreendê-la e não compreendê-la.

Incrível! Esta luz clara, não-nascida desde o início e natural, é a consciência, a criança sem pai ou mãe. Não produzido por ninguém, é conhecimento espontâneo. Não tendo experimentado o nascimento, não morre.

Incrível! Embora brilhe diretamente, não há observador. Mesmo que se vagueie na transmigração, ela não se torna algo ruim. Mesmo que se alcance a liberação, ela não se torna algo bom.

Incrível! Embora exista em todos os lugares, não é compreendida. [Mesmo sendo] a meta, as pessoas a negligenciam, desejando outro objetivo. Mesmo que seja a si mesmo, as pessoas a procuram em outro lugar.

Maravilhoso!

Essa consciência do momento presente, indeterminável e clara, é de fato o ápice mais elevado de todas as visões.

Sem uma imagem como suporte, onipresente, não limitada pela mente, é de fato o ápice mais elevado de todas as meditações.

Este estado inalterado de relaxamento sem qualquer apego é, de fato, o ápice mais elevado de todas as condutas.

Essa realização, inata desde o início e não buscada, é de fato o ápice mais elevado de todos os objetivos.

Vou explicar os quatro grandes fios firmes.

O grande fio da visão correta é o senso límpido do momento presente; é chamado de “fio” porque é claro e não permite erros.

O grande fio da meditação correta é esse senso límpido do momento presente; é chamado de “fio” porque é claro e não permite erros.

O grande fio da conduta correta é esse senso límpido do momento presente; é chamado de “fio” porque é claro e não permite erros.

O grande fio da meta correta é esse senso límpido do momento presente; é chamado de “fio” porque é claro e não permite erros.

Vou explicar os quatro grandes pregos firmes.

O grande prego da visão imutável é justamente esse senso límpido do momento presente; é chamado de “prego” porque é estável nos três tempos.

O grande prego da meditação imutável é justamente esse senso límpido do momento presente; é chamado de “prego” porque é estável nos três tempos.

O grande prego da conduta imutável é justamente esse senso límpido do momento presente; é chamado de “prego” porque é estável nos três tempos.

O grande prego da meta imutável é justamente esse senso límpido do momento presente; é chamado de “prego” porque é estável nos três tempos.

Aqui está a instrução que lhe permite permanecer na unidade dos três tempos.

Não se importando com o passado, deixe quaisquer considerações sobre o que já passou; não antecipando o futuro, corte os laços das associações mentais; não se apegando ao presente, permanece na condição de espaço.

Como não há nada para meditar, não medite sobre nada, e como não há motivo para se distrair, confie na presença sem distrações. Sem meditar, sem se distrair, simplesmente observe.

A autoconsciência, o sentir-se que surge límpido e emite sua própria luz, é a consciência iluminada. Não há nada sobre o que meditar, na verdade está além do cognoscível; não há distração, na

verdade é clara por natureza. Fenômenos vazios se resolvem espontaneamente, e a clareza vazia é o corpo de realidade.

Como é a manifestação da iluminação não realizada por meio de um caminho, é a visão do Ser Adamantino neste exato momento.

Aqui está o ensinamento sobre a consumação definitiva.

Embora existam inúmeras visões conflitantes, no conhecimento espontâneo, na verdadeira natureza da consciência ciente de si mesma, não há dualidade de observador e observado.

Não tenha um ponto de vista, procure o observador. Quando, procurando o observador, você não o encontra, então a visão foi consumada; aqui você também alcança a visão final.

Não há ponto de vista a partir do qual observar, porém, sem cair na indiferença niilista, sentir-se límpido no momento presente é a visão da grande compreensão. Aqui não há dualidade de compreensão e não compreensão.

Embora existam inúmeras meditações conflitantes, no senso comum onipresente de autoconsciência não há dualidade de meditação e meditador.

Não medite, [em vez disso] procure o meditador. Quando, procurando o meditador, você não o encontra, então a meditação foi consumada; aqui você também alcança a meditação final.

Não há meditação para se engajar; porém, sem se deixar dominar pelas várias formas de torpor e agitação, o senso claro e inalterado do momento presente é a contemplação do estado uniforme e não fabricado. Aqui não há dualidade de calma e agitação.

Embora existam inúmeras condutas conflitantes, no único ponto do conhecimento ciente de si, não há dualidade de conduta e aquele que a aplica.

Não pratique uma conduta, [mas] busque quem a está praticando. Quando, procurando aquele que a pratica, você não encontra um praticante, então a conduta foi consumada; aqui você também alcança a conduta final.

Não há conduta a aplicar; porém, sem se deixar condicionar pela ilusão de tendências latentes, o senso do momento presente, inalterado e resplendoroso por si só, no qual não há nada a corrigir, modificar, obter ou desistir, é em si uma conduta absolutamente pura. Aqui não há dualidade de puro e impuro.

Embora existam inúmeros objetivos conflitantes, na verdadeira natureza da consciência ciente de si, os três corpos [dos Budas] são uma realização inata. Aqui não há dualidade de realização e aquele que realiza.

Não procure realizar o objetivo, [em vez disso] busque apenas aquele que o realiza. Quando, procurando aquele que realiza, você não o encontra, então o objetivo foi consumado; aqui você também alcança o objetivo final.

Não há objetivo a ser alcançado; porém, sem se deixar condicionar pela rejeição e conquista, pela esperança e pelo medo, entenda que o senso resplendoroso do momento presente é a realização inata, pois aqui, dentro de si, os três corpos se manifestam plenamente; precisamente este é o objetivo da iluminação original.

Essa consciência, não limitada pelos oito limites de permanência e cessação [etc.], é chamada de "caminho do meio", na medida em que não cai nesses extremos. Chama-se "consciência" porque a presença é incessante. É dado o nome de "essência dos seres realizados" porque é vaziez que tem a natureza da consciência.

Quando há essa compreensão, transcende-se todo o cognoscível, portanto, também é chamado de "conhecimento transcendente". Além da mente, desde o início não está presa aos extremos das conclusões, mas recebe o nome de "grande selo".

Devido à diferença entre compreendê-la e não compreendê-la, torna-se a base de toda a felicidade e sofrimento da liberação e transmigração, de modo que é chamado de "base universal". Apenas esse sentimento ordinário, comum, cotidiano, claro e límpido, que recebe o nome de "senso comum".

Por mais nomes agradáveis e belas definições que possam existir, realmente quem aspira a algo mais, a algo diferente desse senso do

momento presente, é como quem segue as pegadas de um elefante apesar de já tê-lo encontrado. Mesmo que siga [seus passos] nos numerosos mundos, nunca encontrará [o elefante]; da mesma forma, além da consciência, a iluminação nunca pode ser encontrada.

Não tendo entendido, busca-se a consciência fora; no entanto, como encontrar a si mesmo buscando-se no outro e não em si próprio? É como um idiota abrindo mão de sua própria identidade para imitar muitas pessoas e, posteriormente, não mais se reconhecer com outra pessoa.

Não vendo a real condição das coisas, não entendemos que os fenômenos são consciência, então nos desviamos para a transmigração. Não entendendo que a iluminação é nossa própria consciência, a liberação é obscurecida.

Transmigração e liberação não são mais diferentes uma da outra do que a compreensão e a não-compreensão o são em seu único instante; estamos deludidos quando as vemos como algo diferente de nossa própria consciência.

Ilusão e desilusão são uma essência; no ser não há duas linhas de consciência, então a ilusão se dissolve quando deixamos a própria consciência em seu próprio estado natural inalterado.

Quando não está ciente do fato de que a própria ilusão é consciência, não entendendo a verdadeira natureza da realidade, deve observar por e dentro de si mesmo o que surge espontaneamente.

No início, de onde surgem esses fenômenos? Então, onde eles permanecem? Finalmente, onde eles desaparecem? Observe-os como se fossem corvos em um barco [no meio do mar]; eles voam do barco, mas não têm outro lugar para pousar. Da mesma forma, os fenômenos surgem da consciência e se dissolvem nela.

A verdadeira natureza da consciência, a clareza vazia que sente tudo e está ciente de tudo, é como o espaço em que clareza e vaziez são inseparáveis desde o início. Averiguar clara e diretamente que se trata de um conhecimento espontâneo, esta é a condição real. Aqui está a prova: você entende que todos os fenômenos são

consciência e que a natureza da consciência, sendo claridade luminosa, é como o espaço.

Embora o exemplo do espaço seja usado para apontar a condição real, é apenas um símbolo que a indica parcialmente. A natureza da percepção é dotada de consciência, uma vaziez que é absolutamente clara; o espaço é inconsciente, uma vaziez imaterial. Esta é a razão pela qual a natureza da consciência não pode realmente ser indicada pelo [exemplo do] espaço. Permaneça na condição [de espaço] sem se distrair.

Não se pode demonstrar a existência real de nenhum dos diversos fenômenos como aparecem convencionalmente; na verdade eles desaparecem.

Para exemplificar isso, [considere] toda realidade, transmigração e liberação, como sendo apenas a manifestação de sua própria consciência. Quando [seu] estado de consciência muda, a manifestação correspondente aparece externamente.

Assim, tudo é uma manifestação da consciência. Os seis tipos de seres comuns têm visões distintas dos fenômenos; fora [do budismo], os extremistas apoiam a visão dualista de permanência e cessação; e os nove níveis de veículos possuem visões distintas.

Você vê várias coisas e várias coisas não são as mesmas; assim, ao perceber as diferenças, você é seduzido pelo apego pessoal. Quando se está ciente de que todos os fenômenos são consciência, mesmo que surja a percepção dos fenômenos, por não apreendê-los você é Buda.

Não são os fenômenos que seduzem, é o apego que seduz. O apego se dissolve por si mesmo quando se está desperto de que isso é consciência.

O que quer que apareça é uma manifestação da consciência. A visão material do mundo externo também é consciência. O que aparece como os seis tipos de seres comuns também é consciência; a visão beatífica das deidades em seus mundos e dos humanos é consciência, e a visão dolorosa dos três mundos inferiores é consciência.

O que aparece como os cinco venenos emocionais, que é o mal-entendido [e os outros venenos], é consciência e o que aparece como a visão do conhecimento espontâneo, também é consciência.

O que aparece como os traços latentes da transmigração [determinados por] pensamentos negativos é consciência e o que aparece como os impulsos da liberação [determinados por] pensamentos positivos é consciência.

O que aparece como os obstáculos dos demônios e forças do mal é consciência e o que parece benigno, como deidades e realizações, é consciência.

O que aparece como vários conceitos é consciência e o que aparece como o estado não-conceitual de concentração também é consciência.

O que aparece como a cor que caracteriza as coisas é consciência e o que aparece como simples e desprovido de características também é consciência.

O que parece livre da dicotomia de unidade e multiplicidade é consciência e o que parece totalmente indeterminável em relação à existência e não-existência, também, é consciência.

Não há fenômeno que não seja consciência. Qualquer fenômeno que apareça [em virtude] da natureza desimpedida da consciência, embora surja, é como uma onda em relação ao oceano; como não há dualidade, encontra sua resolução na própria consciência.

Ainda que os nomes sejam dados devido à presença livre do que deve ser nomeado, seja qual for o nome [que indica a realidade autêntica], na verdade não há nada além de consciência singular, sem base e desprovida de raiz.

Não existe um ponto de vista unilateral. Não tenha uma visão concreta pois [consciência] não pode ser determinada de forma alguma; não tenha a visão de vaziez pois há o esplendor da consciência clara, não tenha uma visão fragmentária pois clareza e vaziez são inseparáveis.

Embora sentir-se no momento presente seja claro e límpido, você não sabe quem é que o faz assim. É impessoal, mas pode ser experimentado diretamente.

Todos [os seres] podem se libertar experimentando esse estado [de pura consciência]. Na verdade, seu reconhecimento se dá sem qualquer diferença quanto à capacidade [de compreensão], seja ela certeira ou tediosa.

Embora o gergelim e leite sejam as causas do óleo e da manteiga, se o gergelim não for moído e o leite não for batido, não haverá óleo nem manteiga. Na verdade, todos os seres são Budas em potencial, mas se eles não experimentam a [consciência de sua própria natureza verdadeira] não se iluminam, enquanto mesmo um pastor se liberta ao experimentá-la.

Embora não se saiba explicá-la, pode-se averiguá-la diretamente; é como provar o açúcar para não precisar mais de outra pessoa para explicar seu sabor.

Mesmo os grandes eruditos estão sujeitos à ilusão se não tiverem esse entendimento. Você pode se tornar um especialista no campo dos nove veículos, mas é como contar uma história sobre algo distante que nunca viu; desta forma você não tem acesso à iluminação de forma alguma.

Se você tem esse entendimento, virtude e vício se dissolvem espontaneamente; se o estiver faltando, então qualquer ação que realize, seja ela virtuosa ou não, você não transcenderá a transmigração nos mundos superiores ou inferiores.

Assim que você compreende o conhecimento de sua consciência vazia e clara, não há mais nenhuma consequência positiva ou negativa real de ações virtuosas ou viciosas. Assim como um rio não jorra do espaço vazio, a virtude e o vício não existem objetivamente na vaziez.

Assim, para ver diretamente a autoconsciência em sua nudez, esse ensinamento sobre a liberação natural através da visão desnuda é realmente profundo, então é justamente aqui que você deve examinar o que é autoconsciência. Profundamente selado.

Maravilhoso! Esta introdução à consciência, liberação natural através da visão desnuda, é uma breve e clara síntese composta levando em consideração as escrituras sagradas, as mensagens reveladas, os ensinamentos dos mestres e a experiência pessoal, com a aspiração de beneficiar os dignos da idade das trevas, como as das gerações futuras. Neste momento [o texto] não pode ser propagado; que seja escondido como um tesouro precioso. No futuro, que seja descoberto por uma pessoa destinada a fazê-lo. *Samaya*. Selado, selado, selado.

Este texto sobre introdução direta à consciência, chamado “Liberação Natural da Visão Desnuda”, foi composto por Padmasambhava. Abade de Uddiyana. Que [este ensinamento] não termine até que a transmigração seja esvaziada.

* 3 *

Comentário

Homenagem à divindade de três corpos,
a consciência que por si só resplandece!

Por que me pede o que já está em você desde o início? Deixe de lado sua busca pela erudição. Pare de investigar com sua mente. A única coisa necessária é deixar nossa verdadeira natureza se revelar e nos mostrar o que sempre fomos.

Qual é a sua deidade? Quem ou o que é o seu refúgio? Este ensinamento diz que a deidade suprema, o verdadeiro refúgio, é a consciência, a plena consciência do que realmente somos, além de todas as convicções mentais. Essa consciência não vem de fora, mas de dentro de nós. A realidade exterior é apenas um espelho no qual podemos ver nosso próprio rosto. Enquanto buscarmos fora de nós mesmos, jamais encontraremos o verdadeiro sentido de nossa existência. A fonte da luz que faz aparecer e ilumina tanto o exterior como o interior sempre esteve dentro de nós; é aí que devemos buscar a deidade suprema.

Assim, a autêntica tradição espiritual não pode ser recebida de fora pois se origina apenas da consciência iluminada que temos dentro de nós; mesmo o livro que contém essa tradição é apenas um espelho, refletindo o que já está presente em nós. De fato, as palavras da deidade, reveladas no Tantra *Kunje Gyalpo*, simbolizam o modo como a consciência iluminada se revela a si mesma na vaziez límpida do nosso ser:

1. Ó Grande Ser Adamantino, ouça! Desde o início, sou conhecimento espontâneo. Eu sou a consciência iluminada, o criador soberano de tudo. [Você Grande] Ser, entenda meu nome; se [você Grande] Ser compreender isso, então [você] também compreenderá toda a realidade.

O que significam essas expressões misteriosas do Tantra? A própria consciência iluminada torna claro seu significado dentro de nós:

2. O termo “eu” significa a matriz, porque eu sou a matriz de toda a realidade. “Espontâneo” refere-se à matriz na medida em que é sem causa ou condições e, portanto, está além de todo esforço. “Conhecimento” significa o que revela tudo pois não tem obstáculos ou obscurecimentos. Eu sou chamado de consciência iluminada. “Desde o início” significa que estive presente desde a própria origem.

   A expressão “toda realidade” significa todos os mestres, seus ensinamentos e também aqueles que os recebem, os lugares onde são transmitidos e os tempos da transmissão; a realidade abrange tudo. A “matriz” é a fonte de onde tudo sai. De fato, é do estado natural de consciência iluminada que surgem os três mestres, seus ensinamentos e também aqueles que os recebem, os lugares e os tempos da transmissão.

   Eu, a matriz, a verdadeira natureza da consciência, sou o criador de tudo. […] O criador cria; tendo criado tudo, ou seja, os mestres, os ensinamentos, aqueles que os recebem, os lugares e os tempos, o conhecimento espontâneo é o criador. A matriz é dita “soberana” porque o criador está acima de tudo: o criador da realidade é o monarca universal.

   [“Iluminado” significa puro e total.] “Puro” refere-se ao fato de que sendo uma consciência espontânea e iluminada, a matriz é pura desde o início, então tudo criado pelo soberano criador de tudo é totalmente puro como o próprio [Buda Primordial], a Bondade Universal. É dito que é “total” porque o conhecimento espontâneo, a matriz, incluindo toda a realidade (animada e inanimada, o ambiente e aqueles que vivem nele, os Budas dos três tempos, os seres das seis famílias nos três mundos e cada coisa) é onipresente. “Consciência” significa conhecimento espontâneo, a matriz que está presente em toda realidade governando e estabelecendo tudo claramente. Esta matriz que é sem causa e condições, e governa todas as coisas, é a criadora de tudo.

> Grande ser, se você compreender meu estado natural, compreenderá também todos os mestres, seus ensinamentos, os pensamentos de seus discípulos e também os lugares e tempos das transmissões, porque tudo é um. Tudo o que existe sou eu, então, se você entender meu estado natural, entenderá tudo o que é e, sem esforço, realizará espontaneamente o que está além do fazedor, ação e labuta.

Todas essas palavras servem apenas para indicar os três corpos dos Budas, que correspondem à essência, existência e graça, os três aspectos da consciência iluminada:

> 3. Minha essência inalterada se realiza como corpo de realidade; minha existência inalterada é o corpo de fruição completa; minha graça manifesta é o corpo de emanação.

Em que consistem os três corpos do Buda Primordial, aqui chamado de "Bondade Universal"? Na vaziez da ausência de conceitos dualistas, clareza ou presença de fenômenos e a livre expressão da sabedoria natural: [1]

> 4. Eu sou a consciência iluminada, a lamparina dos mestres; eu sou a matriz dos Budas dos três tempos; eu sou o pai e a mãe dos seres dos três mundos; sou também a causa de toda a realidade, do meio ambiente e daqueles que nele vivem. Não há nada que não saia de mim. Não tenho morada, sou imanente em tudo, portanto, desde o início, sou os Budas dos três tempos. Como permaneço em equanimidade sem criar conceitos dualistas, sou o Buda Primordial no corpo de fruição completo. Já que apareço como sabedoria natural, sou o Buda manifestado no corpo de emanação [que constitui minha] graça.

---

1. A sabedoria natural (*rang 'byung ye shes*) é a manifestação do conhecimento espontâneo singular através das múltiplas experiências das várias emoções. Veja a nota 14.

Assim, o corpo físico, a voz e o espírito da deidade suprema nada mais são do que as formas, os sons e o indeterminável estado de ser de tudo o que é:

5. Não tenho existência constituindo meu corpo físico além do que aparece como o ambiente externo e os seres que nele vivem; assim, o mestre que ensina é a própria existência [das coisas].

   […] não tenho outra voz além dos sons de todos os seres e os da terra, água, fogo, ar e éter; assim, o ensino se dá pela atribuição de significado aos sons.

   […] não tenho outro espírito além do estado uniforme e não-conceitual [da essência], a verdadeira natureza da realidade, sem nascimento, desprovida de imagens e obstáculos, própria de todos os seres e dos cinco elementos.

Mesmo as palavras que designam os três aspectos fundamentais ou selos da consciência iluminada indicam apenas a única palavra que aponta diretamente para o nosso próprio coração, para a matriz inalterada e indeterminável, para o conhecimento espontâneo da consciência:

6. No mestre soberano que é o criador de tudo, sou eu quem sou o conhecimento espontâneo da consciência além das palavras e símbolos. As três moradas também convergem na morada suprema da consciência inalterada. Todos os fenômenos convergem na matriz, consciência iluminada, assim os três tipos de discípulos e os três tempos também convergem nela. Não há nada além do conhecimento para o qual tudo converge.

Rangdröl Naljor (RN): Você quer me fazer alguma pergunta?

Giuseppe Baroetto (GB): Sim. Parece-me que o conceito de “consciência iluminada” revelado nos Tantras não é o mesmo encontrado nos Sutras. É esse o caso?

RN: O conceito esotérico encontrado nos Tantras inclui e transcende o conceito comum dos Sutras. Os Sutras ensinam que, no plano relativo, a consciência iluminada é a aspiração de cada um e o consequente compromisso real de que todos os seres realizem o estado de Buda. No sentido absoluto, a consciência iluminada é tanto a consciência realizada por Buda quanto a pura essência que constitui a semente do despertar, inata através de todos os tempos em todos os seres.

Os Tantras também ensinam que, no plano relativo, a consciência iluminada é o princípio criativo presente no esperma e no óvulo, enquanto, no plano absoluto, é a deidade suprema e a verdadeira natureza de toda a realidade.

GB: De acordo com você, o conceito de deidade revelado no Tantra *Kunje Gyalpo* é de alguma forma compatível com as teologias de outras religiões?

RN: Não cabe a mim dizer que correspondências podem existir entre uma tradição religiosa e outra. Descubra isso por si mesmo. Para mim, a deidade suprema não nasce. É incondicionada, a liberdade da ilusão, do egoísmo e do sofrimento, e também a inefável fonte absoluta de toda realidade, a inteligência que rege as manifestações da existência e da própria vida em todas as suas formas.

GB: Por que o corpo de emanação, a graça da deidade, é definido como a expressão desimpedida da sabedoria natural?

RN: Graça é o amor que conecta essência e existência, vaziez e clareza, sujeito e objeto; sem ela a vida não poderia se expressar. Você se manifestou neste mundo e continua a se expressar sem impedimentos, livremente, pela graça do amor. Concorda?

***

De "O Ensinamento Profundo
sobre a Liberação Natural
através da contemplação
sobre as deidades Pacíficas e Iradas:"

Introdução à Consciência;
Liberação Natural Através da Visão Desnuda

Contemple bem por meio da introdução à autoconsciência aqui exposta. Ó filhos dignos! Samaya. Selado, selado, selado.

Este ensinamento faz parte de um ciclo de instrução transmitido no Tibete por Padmasambhava, o mestre de Uddiyana. No entanto, o verdadeiro "Professor Precioso" (Guru Rinpoche) não é uma pessoa que viveu há mais de mil anos. Pelo contrário, ele é nossa verdadeira natureza original que é idêntica à de todos os outros seres, o Grande Si (*bdag nyid chen po*), que está livre das imagens que os indivíduos identificam a si mesmos.

As verdadeiras deidades pacíficas e iradas também não são indivíduos que existem separadamente de nós, mas são manifestações de nossa própria consciência. Não devemos esperar nem temer visões delas; quando aparecem, basta reconhecê-las como formas simbólicas assumidas pelo Si e manter nossa consciência límpida e vazia.

Durante nossa vida, o triplo selo da consciência iluminada deve ser reconhecido em cada experiência. Todos os seres ao nosso redor são formas sagradas pacíficas ou iradas, refletindo nossas próprias qualidades ou defeitos. Todo fenômeno é um sinal, um ponteiro ao longo do caminho, uma mensagem e ajuda de nosso Si. Então, é importante, começando agora, ser capaz de ir além da esperança e do medo, do apego e da aversão, mantendo a consciência imperturbável, límpida, e ainda assim desprovida de conceitos dualistas.

Se você colocar em prática os preciosos conselhos encontrados neste livro, será capaz de entender em que consiste a consciência desnuda. Quando isso acontece, você se liberta espontaneamente, sem alteração ou esforço, das cadeias de condicionamento que nos prendem ao mundo.

O samaya, o compromisso assumido por quem quer colocar em prática este ensinamento, é apenas permanecer consciente em nosso estado natural:

7. A autoconsciência é o meio de conhecimento livre de erros
   pelo qual entendemos a matriz inalterada [da realidade].

Isto é o que o Tantra diz. De fato, estar presente no momento, sem alterar nada, é justamente o método essencial que o ser humano pode aplicar naturalmente. Todos os outros métodos podem ser úteis, em certos casos, mas são secundários, como ramos em relação ao tronco.

RN: Você tem alguma pergunta?

GB: Eu gostaria de perguntar por que este ensinamento não menciona as práticas preliminares.

RN: O caminho ensinado por Padmashambhava é o da liberação natural, e mesmo que houvesse apenas uma pessoa no mundo capaz de segui-lo, então é bom que seja ensinado corretamente, sem impor métodos artificiais e corretivos que o transformariam em um caminho diferente. É uma oportunidade oferecida a quem precisa.

GB: Você não acha que a expressão “Grande Si” combina o budismo com o hinduísmo?

RN: Talvez, no entanto, é apenas um termo, seu verdadeiro significado é nossa verdadeira natureza não-nascida e incessante.

GB: Você disse que devemos considerar todos os seres como deidades. Isso não é nada fácil. Você considera os chineses, que

conquistaram seu país, torturando e matando impiedosamente muitas pessoas, deidades iradas?

RN: Houve um tempo em que, em minha meditação, reconheci os vários tiranos em minha vida como tantas deidades iradas. Sabe, é graças aos meus opressores que aprendi a ser completamente livre e a amar verdadeiramente. Se isso não tivesse acontecido, você não poderia ter me conhecido. Você acha que eu teria coragem de descer do meu paraíso na montanha para entrar nesta cidade tumultuada?

Agora vejo que tudo é Kunje Gyalpo, mesmo aqueles que poderiam ser considerados nossos piores inimigos. Nós tibetanos somos a expressão da vida divina assim como os chineses são, então somos espelhos uns para os outros porque cada um pode aprender com o outro. Todos nós poderíamos despertar para a consciência do Grande Si presente em cada ser. Esta seria a verdadeira liberação.

***

> *Ó! A única consciência que permeia tanto a transmigração quanto a liberação somos nós mesmos desde o início, mas não a reconhecemos; sua consciência clara é incessante, mas não a encontramos; aparece em toda parte sem obstruções, mas não a discernimos.*
>
> *Para podermos reconhecer nossa verdadeira natureza, não há nada dentro dos inúmeros ensinamentos dos vitoriosos dos três tempos, como os 84.000 portais do Dharma,* [2] *que vá além dessa compreensão.*

---

2. De acordo com as escrituras budistas, existem 84.000 pensamentos ou emoções enganosas que velam a visão da natureza última, de onde existem tantos ensinamentos (*Dharma*) para a realização do pleno despertar da consciência. Os "vitoriosos dos três tempos" são os seres iluminados do passado, presente e futuro.

Mesmo que as escrituras sagradas sejam infinitas como a extensão do céu, em conclusão, seu significado é a introdução à consciência, exprimível em três palavras. A introdução direta à intenção dos vitoriosos é justamente este ensinamento, indicado sem sigilo.

Se você acredita que sua consciência é realmente separada e diferente da de outros seres, então você está se enganando porque, na verdade, nada existe além de uma única consciência impessoal. Tanto a transmigração, a passagem de uma experiência para outra, agora e depois da morte, vida após vida, quanto a liberação desse processo de tornar-se condicionado pela ilusão são a expressão eterna da mesma consciência iluminada.

8. Desde o início, toda a realidade, os Budas com suas qualidades, corpos e sabedoria, seres comuns com seus corpos e inclinações inconscientes, etc., têm a natureza da consciência iluminada. Não ensinei aos Budas do passado, que surgiram de mim, que qualquer coisa existe à parte da consciência; o mesmo se aplica aos Budas do presente e se aplicará aos Budas vindouros.

Ao longo de todos os tempos, a consciência iluminada se manifesta livremente, em todos os lugares e de todas as maneiras, mas quem a reconhece exatamente como é?

9. Mesmo que eu apareça na frente de todos, aqueles que se reúnem em torno dos três corpos [dos Budas] me concebem de acordo com seus incontáveis conceitos.

Aqueles que se deixam desnortear pela multiplicidade e diversidade das religiões, ou se agarram obstinadamente a uma tradição específica e rejeitam as demais, ainda não compreenderam que todos os ensinamentos espirituais têm um só coração, que é a consciência pela qual compreendemos nossa verdadeira natureza.

Ó filhos dignos, ouçam-me!

A palavra "consciência" é bem conhecida, mas quantas asserções limitadas surgiram de sua interpretação errônea, de seu conhecimento falho ou parcial e de sua compreensão equivocada sobre seu real significado.

Indivíduos comuns, que não compreendem sua verdadeira natureza, vagam entre os seis seres dos três mundos [3] *em sofrimento; este é o defeito de interpretar mal a consciência como ela é em si mesma.*

Aqueles que seguem doutrinas extremistas têm uma compreensão errônea porque estão dentro dos limites da permanência e da cessação. [4]

A compreensão dos ouvintes e dos vitoriosos espontâneos é apenas parcial; eles afirmam que compreendem a ausência do ego, mas sua compreensão não é perfeita. Além disso, eles não contemplam a luz clara porque são condicionados por suas posições filosóficas e por seus textos autoritários. De fato, os ouvintes e os vitoriosos espontâneos são impedidos pelo apego ao objeto e ao sujeito. [5]

Os seguidores do "caminho do meio" são impedidos pelo apego à sua concepção das duas verdades. [6]

Os seguidores [dos Tantras] da ação ritualística, [os dualitas] e [aqueles] da união são impedidos pelo apego à sua concepção das fases de adoração. [7]

---

3. Os seis seres são os habitantes do inferno, fantasmas famintos, animais, humanos, semideuses e deuses. Todos eles vivem o mundo do desejo, exceto as mais altas hostes dos deuses que vivem no mundo da forma ou no mundo sem forma.

4. Eternalismo (permanência) é a crença na existência de uma entidade pessoal eterna, tanto divina quanto humana; o niilismo (cessação) é a crença de que não há relação de causa e efeito entre a vida presente, a anterior e a seguinte. De acordo com os estudiosos budistas, essas são as crenças filosóficas mantidas pelos não-budistas (*tirthika*).

**As demais notas estão na página seguinte.*

Os seguidores [dos Tantras] da grande união e da união subsequente são impedidos pelo apego à sua concepção da fonte e da consciência. [8]

Todo mundo tem consciência iluminada, sendo ela a semente do despertar espiritual, e toda experiência é como o simples senso de si, mas quantos deixam esse conhecimento natural brilhar tal como é em si mesmos, além do que acreditam que são ou tentam ser?

Indivíduos comuns sentem a si mesmos, mas, erroneamente, identificam esse conhecimento natural com os objetos que vivenciam: seu corpo, sensações físicas, emoções, imagens mentais e ideias.

Aqueles que se consideram melhores do que indivíduos comuns simplesmente porque seguem uma religião tradicional ou alguma disciplina espiritual estão completamente errados. Todos os conceitos, definições e determinações conceituais nada mais são do que imagens mentais. Todas as imagens mentais são apenas fantasias, brinquedos úteis para quem os precisa, mas que são basicamente delusórios.

---

5. Os ouvintes (*srvaka*) apoiam a existência absoluta de átomos materiais e instantes de consciência; os vitoriosos espontâneos (*pratyekabuddha*) acreditam que apenas instantes de consciência realmente existem.

6. Neste contexto, o "caminho do meio" representa uma escola budista Mahayana, baseada na distinção entre a verdade convencional da realidade relativa e a verdade última da realidade absoluta.

7. De acordo com os textos esotéricos pertencentes aos sistemas tântricos conhecidos como *kriya* (ações ritualísticas), *ubhaya* (dualista) ou *carya* (cerimonial) e *ioga* (união), a adoração de uma deidade pessoal e externa é crucial.

8. Os seguidores dos Tantras classificados como *mahayoga* (grande união) e *anuyoga* (união posterior) meditam na deidade como a expressão da inseparabilidade que caracteriza a fonte da realidade e o conhecimento da consciência.

Os caminhos religiosos baseados em conceitos dualistas são como os galhos de uma árvore. Quem quiser chegar ao topo da árvore pode usar os galhos para se apoiar, mas é no tronco que você tem que subir. Se você parar em um galho, nunca chegará ao topo e, se percorrer todo o comprimento do galho, corre o risco de que ele se quebre.

O ensinamento mais profundo e essencial diz respeito ao tronco, o caminho da consciência que leva à compreensão do significado definitivo. Agarrar-se às doutrinas provisórias é como ficar nos galhos ou desviar-se para outros caminhos que não levam ao despertar completo.

> *Eles se extraviam porque dividem em dois o que é desprovido de dualidade; não alcançando a unidade na qual não há dualidade, eles não alcançam a iluminação.*
>
> *Na consciência de todos [os seres] não há separação entre transmigração e liberação, então devido a esses veículos que acarretam rejeição e assentimento, renúncia e aceitação, [os seres] continuam vagando em transmigração*.

A multiplicidade e a dualidade são características dos vários fenômenos, das diferentes experiências da vida, mas isso é uma ilusão porque, na realidade, tudo o que existe é um, assim como a consciência de onde tudo vem:

10. Toda a realidade é uma na consciência iluminada, sua raiz. Na matriz iluminada que constitui a fonte de tudo, se forem contados, os vários fenômenos, Budas e seres comuns, são apenas um.

Assim, a transmigração não é algo fundamentalmente negativo a ser rejeitado para se libertar do sofrimento, nem a liberação é algo a esperar ou buscar como se fosse o efeito de seu esforço. Aqueles que continuam a viver esforçando-se para uma conquista podem

ser grandes estudiosos ou ascetas, mas ainda não entenderam a condição autêntica das coisas:

11. A causa é a meditação [baseada em] uma visão. Quem pretende obter o efeito por ter meditado não obtém o resultado por meio de tal meditação. Na verdade, tudo é exatamente como é. Tentar corrigir a realidade como ela é, é um grande erro porque é como confundir o verdadeiro com o falso.

Os tibetanos transmitem muitos ensinamentos profundos classificados como *Dzogchen* (Grande Completude), mas o verdadeiro significado deste termo não é um livro, uma doutrina ou uma técnica de meditação. Pelo contrário, é a plena consciência de nossa verdadeira natureza, a consciência que não separa eu e outros, causa e efeito, transmigração e liberação, porque conhece cada coisa como sua própria expressão natural, além da ilusão do tempo:

12. Quem afirma que há causa e efeito não possui entendimento da Grande Completude. A afirmação de que existem duas verdades, a convencional e a absoluta, é uma afirmação que excede por um lado e falha pelo outro. Desta forma, não se compreende o que é desprovido de dualidade. A compreensão dos Budas dos três tempos não vê nenhuma dicotomia porque eles reconhecem o estado natural como unidade.

Buda Sakyamuni ensinou a existência do que "não nasce", caso contrário não haveria como evitar o que nasce, porém poucos entendem o verdadeiro significado desta expressão.[9] Eis o que diz a revelação:

---

9. O Lama provavelmente está citando as fontes mais antigas, como *Udana* (VIII, 3) e *Itivuttaka* (II, 2, 43).

14. Os três tempos são um, não há distinção real. Sem antes nem depois, [tudo] vem à tona desde o primórdio.

Assim, mesmo aquilo que caracteriza os Budas (como seus três corpos) não é consequência da busca árdua pela realização espiritual:

15. Os três corpos, coração de todos os vitoriosos, [manifestam-se] do meu estado natural, espontaneamente realizados sem nenhuma busca; minha essência inalterada se realiza como corpo de realidade; minha existência inalterada é o corpo de fruição completa; minha graça manifesta é o corpo de emanação. Este não é o resultado da realização através da busca.

Então, onde está o ponto de partida? Onde estão os níveis do caminho e as variadas práticas? Onde está o objetivo?

16. Tudo é criado pelo criador soberano desde o início, portanto, não há jornada pelos caminhos, não há treinamento em níveis, não há cumprimento de compromissos e não há meditação de acordo com uma visão.

    Uma vez que tudo aparece através do caminho da grande iluminação, a iluminação não prossegue em direção à iluminação. Como não há um nível além da iluminação para o qual prosseguir, a iluminação não treina [no nível da] iluminação. Como a própria natureza dos compromissos é a própria iluminação, a iluminação não mantém compromissos sobre si mesma. A verdadeira natureza da meditação é a própria iluminação, portanto, ela não precisa meditar sobre si mesma. O objeto da visão é a própria iluminação, portanto a iluminação não tem um ponto de vista sobre si mesma. Então…

Então, Padmasambhava ensina assim:

Os três corpos [dos Budas] estão naturalmente presentes, sem nenhum esforço, em autoconsciência; no entanto, os tolos que fazem cálculos sobre níveis e caminhos através de métodos para ir longe, em direção a outra coisa que não seja esta [verdade], são indolentes quanto ao significado [definitivo].

Aqueles que seguem os caminhos secundários dos galhos ou que se esforçam para percorrer o caminho principal ao longo do tronco podem permanecer pacificamente conscientes de seu estado natural, sem fazer nada para modificar o que é. Na verdade:

17. Não entendendo que a realidade, tal como é, é consciência iluminada, não se realizará a consciência iluminada perseguindo-a através da modificação. [Quando] esta compreensão está faltando, você persegue [a consciência iluminada] através da modificação, no entanto, mesmo que fizesse isso por incontáveis eras, nunca encontraria o gozo do não-esforço. [...] Os mestres que conseguem modificar o que é, embora pretendam ensinar a verdade, não ensinam a doutrina definitiva, mas a provisória.

E Padmasambhava continua assim:

O estado de consciência dos Budas está além da mente, no entanto, aqueles que meditam em imagens específicas e praticam a recitação [de mantras] se enganam [em relação a essa verdade].

Orar ou recitar mantras, contemplar imagens sagradas ou visualizá-las, são práticas meditativas que, no máximo, podem acalmar a mente e até produzir experiências inusitadas e gratificantes, mas o sentido definitivo está além dessas miragens e de qualquer forma de autoafirmação:

18. Ó, mestres que saíram de mim ensinaram a todos através dos três corpos, dizendo: "Existe uma prática meditativa". Esta

doutrina foi dada àqueles que gostam de meditar em imagens para sua satisfação pessoal.

Muitos acharão isso difícil de aceitar. Por outro lado, a revelação da pureza original e da realização espontânea, da não-ação e do não-esforço, não é adequado para todos:

19. O propósito [deste ensinamento] é capacitar o praticante digno de *Atiyoga* com o destino de ter fé em mim, criador da consciência iluminada de tudo, através de inúmeras eras, para ver que não há visão sobre a qual meditar, que não há compromissos a cumprir, não há atos de poder a buscar, não há caminhos a percorrer, não há níveis nos quais treinar, não há causa e efeito, não há as duas verdades, convencional e absoluta, não há nada sobre o que meditar nem nada para realizar, a consciência [iluminada] não é para ser desenvolvida, não há antídoto [para aplicar contra as emoções]. O propósito é ver o estado natural da consciência criadora de tudo.

Alguns apoiam que existe um meio de realização superior a outros, um ensinamento especial, uma tradição oriental particular que recebe títulos pomposos como *Atiyoga*, “União Extrema”. No entanto, o verdadeiro *Atiyoga* não é aquela tradição indo-tibetana particular, mas sim o conhecimento universal inato no coração de todos os seres humanos. Não é o nono veículo, é o único veículo pois nada mais é do que a consciência do próprio estado natural:

20. Eu, o criador de tudo, ensinei um único veículo; não ensinei a doutrina da realização através da busca.

Na verdade, o significado definitivo é apenas o verdadeiro estado natural inalterado de toda a realidade:

21. O significado da não-ação é meu estado natural, o criador de tudo, pois não tenho ação a realizar; em mim tudo já está

> realizado desde o início, então eu sou a verdadeira natureza da realidade desprovida de ação. Além do meu estado natural, a verdadeira natureza da realidade, não há "estado natural". O que é chamado de "estado natural" é o estado natural sem alteração.
>
> Ser Adamantino, não modifique a consciência iluminada inalterada. Se você a modificar, terá modificado a mim, o criador de tudo. Todos os fenômenos tais como aparecem são meu estado natural, o criador de tudo.
>
> Ó Ser Adamantino, ouça! Meditando no meu estado natural imutável, você o altera, o modifica. Se tentar me realizar, eu que existo espontaneamente desde o início, você me altera. Percorrendo um caminho para chegar até mim, você não chega até mim. Procurando-me, você não me percebe. Purificando-me, você não me purifica. Não me olhe através de um ponto de vista, pois não há objeto [para ver]. Não tente me alcançar, pois não há caminho. Não me purifique, pois não há obscurecimento. [Sou] sem fixações, livre de pontos de referência, simples, além de conceitos.

Muitos conhecem esse ensinamento, mas não o colocam em prática, por isso não sabem como transmiti-lo aos outros ou têm medo de divulgá-lo mesmo para quem está pronto. Mas a consciência iluminada que governa tudo uniformemente não é limitada por nada; então, agora que chegou a hora, derrubará as paredes do templo, as fronteiras entre as nações e as barreiras culturais e linguísticas para proclamar novamente a antiga e eterna revelação:

22. Tudo é um, então tudo é completo em mim. Devido a tudo estar completo em mim, eu que sou a Grande Completude, esforço e labuta de acordo com [os princípios da] visão, conduta, atos de poder, compromissos, níveis e caminhos são desnecessários, como explicado acima. Aqueles que não entendem isso e se empenham em lutar, contradizem o que está além de causa e efeito, e como não experimentam o gozo da não-ação, serão contaminados pela aflição do esforço,

> sem conhecer a [Grande Completude]. Portanto, [o ensinamento da] Grande Completude além de causa e efeito não pode ser aplicado por aqueles que não estão destinados a isso e que deveriam praticar um ensinamento de acordo com causa e efeito.

E Padmasambhava conclui assim:

> *Assim, você deve deixar tudo permanecendo livre de qualquer ato de alteração. Então, graças a este ensinamento sobre a liberação natural através da visão da consciência desnuda, você deve entender que toda a realidade permanece em grande liberação natural, então tudo também é completo no estado de Grande Completude.* Samaya. *Selado, selado, selado.*

Em vez de querer saltar para o topo da árvore, aqueles que ainda não estão preparados para este ensinamento, devem agarrar-se firmemente aos ramos mais próximos, mas sem esquecer que eles também fazem parte da árvore.

RN: Está tudo claro? Você tem alguma dúvida?

GB: Qual é a diferença entre a plena consciência realizada pelos Budas e o simples senso de si mesmo que todas as pessoas experimentam?

RN: Não há diferença real porque, em essência, eles são o mesmo. A semente contém no embrião toda a planta. Da mesma forma, a plena consciência de um Buda está presente no senso de si mesmo comum a todos os seres humanos.

GB: Se for esse o caso, então não há apenas uma maneira de amadurecer a semente.

RN: Obviamente, existem muitas formas válidas, mas os dualistas, aqueles que separam, podem ser comparados aos galhos de uma árvore. Não fique preso nos galhos, porque você é a árvore,

algumas da mesma espécie que a sua, outras diferentes, mas todas elas unem céu e terra. Quando você é sua árvore, sem separar nada, então está em seu estado natural.

GB: O que você acha dos diferentes níveis de realização espiritual?

RN: Eu vejo que eles existem, mas são como os galhos de uma árvore; se você ficar preso neles, corre o risco de parar por aí, mas você já é a árvore inteira! É por isso que se diz que o caminho supremo não tem caminho, cada momento é ao mesmo tempo a base e a meta. E você acha que a árvore se esforça para crescer? Seu desenvolvimento ocorre espontaneamente, e o mesmo se aplica a você se permanecer em seu estado natural, o único nível da consciência iluminada.

GB: Então, o caminho da consciência, que você tem em relação ao tronco, não deveria ser algo a seguir para atingir a meta, certo?

RN: Claro, porque se você tentar percorrê-lo, então não está presente no momento. Ouça! Se você é a árvore, como pode subir nela para chegar ao topo?

GB: Por que então você disse que para chegar ao topo é preciso escalar o tronco?

RN: Porque há algumas pessoas que querem chegar ao topo permanecendo empoleiradas em um galho.

GB: O que acontece quando você chega ao topo?

RN: Tente ficar lá o máximo que puder ou desça para subir novamente, até entender que não há árvore real para subir.

GB: Neste ponto, não entendo por que você comparou o caminho da consciência ao tronco.

RN: Porque assim como os galhos dependem do tronco de onde se ramificam, os caminhos secundários devem todos partir do caminho principal da consciência e levar de volta a ele. A maioria dos adeptos das religiões não entendem esse princípio e acabam presos em um galho ou caem no chão. Nesse caso, os caminhos secundários tornam-se desvios.

Não pense na árvore com níveis e caminhos espirituais como algo fora de si; é a própria vida manifestando-se naturalmente, a partir de uma semente presente dentro de você desde o início.

GB: Em minha meditação ainda me engajo com palavras e imagens; devo abandoná-las?

RN: Esta expressão é usada em benefício daqueles que se apegam à ideia de ter que realizar a liberação espiritual, para que possam entender que isso acontece naturalmente, quando param de alterar o que é. Nesse momento estão livres da própria ideia de liberação.

GB: "Não-ação" não significa parar de fazer nada, não é?

RN: Claro que não! Significa não alterar, ser natural, inteiro, livre de conflitos. Você não é natural quando se julga com base em um sistema de crenças e um modelo de comportamento, alterando o que você realmente é.

GB: Concedido o princípio da não-ação, por que, então, o Tantra afirma que tudo é criado pela consciência iluminada?

RN: Expressamente para persuadir as pessoas a não agir alterando o que é. Quando você permanece em seu estado natural, é claro que você age, mas sem os conflitos e contradições que surgem ao alterar o que é. O Buda Primordial é chamado de Bondade Universal porque ele sabe que tudo está bem. Você entende?

GB: Se tudo estiver bem, então nada deve mudar, mas a vida é uma mudança contínua. Não entendo como conciliar a mudança que evidentemente ocorre com o princípio de não corrigir.

RN: Evidentemente a existência muda, pois a manifestação da consciência é livre, porém a essência é imutável como o espaço celeste. Quando ficamos presos a uma forma de mudança, esquecendo a essência, na realidade bloqueamos a própria mudança nessa mesma forma, de modo que a consciência não pode mais se expressar livremente. Esta é a causa do sofrimento, alertando-nos para a estagnação da energia. Assim, o problema está no fato de nos identificarmos a tal ponto com o que muda que esquecemos o

que não muda e acabamos julgando tudo como ilusoriamente nos parece.

Alguns estão convencidos de que a realização está fora deles e se tornam tão inseguros que se sentem indignos ou sentem que são uns fracassos. Por outro lado, também existem outros que criam uma autoimagem tão superior que se sentem no direito de dominar os outros. Tudo isso significa "alterar o que é". Não alterar, não modificar o que é, significa viver no momento presente e realmente amar, como faz o Buda Primordial, livre de sentimento de culpa, de medo, de dúvidas e julgamentos divisórios.

***

> *Ó! A percepção límpida que chamamos de "consciência" não existe como algo [concreto, mas] dela surgem todos os sofrimentos e alegrias da transmigração e da liberação; concebido de acordo com as crenças dos onze veículos,*[10] *tem inúmeros nomes diferentes. Alguns dizem que é a verdadeira natureza da consciência. Alguns não-budistas chamam isso de "Si". Os ouvintes dizem que é a ausência de um ego pessoal. Os idealistas chamam isso de "consciência". Alguns chamam isso de "caminho do meio". Alguns dizem que é um conhecimento transcendente. Alguns chamam isso de "essência dos seres realizados". Alguns chamam de "grande selo". Alguns chamam de "único ponto". Alguns chamam de "fonte da realidade". Alguns chamam de "base universal". Alguns chamam de "senso comum".*

Nos textos sagrados, vários termos se repetem para indicar uma única realidade. Muitas pessoas não entenderam esse princípio e acabaram por colocar sua própria tradição contra todas as outras

---

10. De acordo com uma antiga tradição, o nono veículo ou meio (*yana*) de realização espiritual inclui três veículos chamados *ati*, *spyi ti* e *yang ti*.

simplesmente porque seus rótulos são diferentes. A Verdade não é diversa, mas os humanos têm a falha de diferenciá-la, prendendo-se a nomes, definições, rituais e regras que diferem de acordo com condicionamentos culturais e necessidades pessoais:

> 23. É por causa das crenças de diferentes pessoas que nomes são dados ao meu único estado natural, criador de tudo. Alguns chamam de consciência iluminada, ou a fonte da realidade, a condição do espaço, o conhecimento espontâneo, o corpo de realidade, corpo de fruição completo, corpo de emanação, ou também, corpo físico, voz e espírito [dos Budas], onisciência, o Todo, as cinco, quatro ou três sabedorias, ou, também, fonte e conhecimento. Esses [nomes] são dados à realidade única, consciência iluminada espontânea. Eles representam a medida de como [as pessoas] me veem, eu que sou espontâneo.

As palavras de Padmasambhava são realmente preciosas porque surgem da experiência direta, apurada à luz dos textos sagrados e da tradição:

> *[Se o mestre] for introduzir a [consciência] apontando-a diretamente, [a instrução é a seguinte].*
>
> *Depois que o pensamento passado desapareceu sem deixar vestígios e o pensamento futuro ainda não surgiu, [a mente] é fresca e nova. Nesse momento, enquanto se observa desnuda e naturalmente no presente sem criar nada, o senso ordinário, comum, cotidiano é a claridade na qual não há nada para ver; é um estado puro e vazio no qual não há nada que possa ser determinado; é a lucidez em que clareza e vaziez não são duas coisas.*
>
> *Não é algo permanente, na verdade de forma alguma pode ser determinado; nem é nada, porque é um estado de clareza límpida. Não é único enquanto é consciência clara na multiplicidade; nem pode ser determinado como múltiplo, porque é o gosto singular da inseparabilidade. Não é extrínseco, é apenas autoconsciência.*

Sendo esta a introdução real à natureza da realidade, aqui os três corpos [dos Budas] são inseparavelmente completos em unidade. Vaziez, indeterminável, é o corpo de realidade; clareza, o esplendor natural da vaziez, é o corpo de fruição; a manifestação que aparece em todos os lugares sem obstáculos é o corpo de emanação. A completude dos três corpos em unidade é o estado essencial.

De acordo com a primeira introdução, a verdadeira natureza da consciência revela-se por si mesma a si mesma no intervalo entre um pensamento e o seguinte. A consciência desnuda brilha nesse misterioso espaço vazio. Ela precede conceitos, imagens mentais, emoções, palavras e identificação com formas e ações, mas existe também quando todas essas funções psicofísicas se manifestam.

Outros ensinamentos atribuem grande importância de assumir uma postura sentada e manter durante a meditação (pernas cruzadas, coluna perfeitamente ereta, mãos uma sobre a outra no colo, língua no céu da boca, olhar imóvel, etc.). Tudo isso pode ser útil, sobretudo para iniciantes, mas pode se tornar um obstáculo se produzir tensão, rigidez e dependência. É por isso que o Tantra muitas vezes nos ordena a não corrigir nada.

Não há nenhuma regra a ser observada em relação à postura, nem você precisa procurar deliberadamente esvaziar a mente. Permanecer onde você está, como você está, é o suficiente. O importante é relaxar profundamente, deixando que os pensamentos surjam e desapareçam naturalmente, mas sem perder a consciência:

24. Ó Ser Adamantino, contemple a realidade como ela é!

Enquanto observamos o pensamento resolvendo-se espontaneamente, repousando no estado natural sem distração, não há ação forçada; assim tudo aparece e se resolve espontaneamente.

Ó Ser Adamantino, contemple a realidade como ela é!

Não corrija seu corpo, não controle os sentidos e não fique mudo; não há nada a fazer por meio de esforço. Sempre que

> deixar a mente ir, descanse no estado em que você não é perturbado [por nada].

Aqui está o princípio fundamental que nunca deve ser esquecido. Uma vez que você tenha entendido, não há necessidade de mais nada. Na verdade, todas as qualidades dos iluminados surgem da consciência desnuda e estão incluídas nela desde o início. Assim, mesmo os três corpos dos Budas não devem ser buscados por esforço, na esperança de realizá-los mais cedo ou mais tarde. Eles estão naturalmente presentes aqui e agora. Se você permanecer em silêncio por algum tempo, poderá confirmar o ensinamento por si mesmo...

RN: Agora tire todas as suas dúvidas.

GB: Me parece que experimentar a consciência entre dois pensamentos pode variar de acordo com a profundidade da concentração. É assim mesmo?

RN: A consciência desnuda é como o fio de um colar de pérolas. Os muitos pensamentos, emoções, sensações e experiências são como as pérolas. Sem o fio não haveria colar, e igualmente sem consciência não poderia haver transmigração nem liberação, porque a vida não se manifestaria, mas permaneceria presente em potencialidade no tesouro da base universal como uma semente no céu. Portanto, não discrimine entre um estado de consciência e outro, pois todo o colar é o precioso ornamento de sua vida.

GB: Então, qual é o sentido de considerar o espaço entre dois pensamentos?

RN: Serve para entender que nossa verdadeira natureza é a consciência contínua que sustenta cada experiência sem ser condicionada por ela. Ouça! O colar é feito tanto do fio quanto das pérolas, então não faz sentido pegar uma e deixar as outras. No entanto, a maioria das pessoas só querem as pérolas, enquanto outras buscam o fio, deixando de lado as pérolas, e ainda outros que pensam ter descoberto o fio ficam presos ali e não conseguem mais entender o valor de cada experiência.

Por que é ensinado que a consciência é como o mar, e a água de suas calmas profundezas é a mesma das ondas turbulentas? Porque, na realidade, a substância do conhecimento espontâneo é a mesma dos vários pensamentos. De fato, a consciência entre dois pensamentos ainda é um pensamento, o pensamento do eu (*ngar ‘dzin rnam rtog*) em seu estado natural, inalterado e ilimitado.

***

Se [o mestre] for introduzir a [consciência] instantaneamente apontando apenas para ela, [a instrução é a seguinte].

É apenas sentir-se no momento presente; é apenas este estado inalterado que por si só é resplandecente. Por que, então, você diz que não entende a verdadeira natureza da consciência? Aqui não há nada sobre o que meditar. Por que, então, você diz que, mesmo meditando, isso não aparece?

É apenas esta consciência imediata. Por que, então, você diz que não encontra sua própria consciência? É apenas esta consciência clara incessante. Por que, então, você diz que não vê sua face? É apenas o pensador. Por que, então, você diz que, mesmo procurando, não encontra?

Aqui não há nada a fazer. Por que, então, você diz que mesmo que execute [a prática], isso não aparece? Permanecer em seu estado, sem modificá-lo, é suficiente. Por que, então, você diz que não pode ficar nele? Permanecer como está, sem fazer nada, é o suficiente. Por que, então, você diz que não tem forças para fazê-lo?

Vaziez, clareza e consciência são inseparáveis e estão presentes espontaneamente. Por que, então, você diz que, mesmo engajado nisso, não se realiza? Surgindo espontaneamente, sem causas ou condições, existe espontaneamente. Por que, então, você diz que, mesmo se esforçando, não é capaz [de realizar isso]?

Os pensamentos surgem e se dissolvem ao mesmo tempo. Por que, então, você diz que não pode se libertar [deles]

aplicando um antídoto? É apenas este senso do momento presente. Por que, então, você diz que não sabe?

A segunda introdução à consciência consiste em apontar a verdadeira natureza da consciência diretamente no senso de si mesmo que todos os humanos podem experimentar naturalmente, em qualquer momento e situação da vida cotidiana.

A mente humana está tão condicionada a operar pelo esforço, projetando-se fora de si mesma, que, paradoxalmente, a coisa mais fácil parece ser a mais difícil. Nossa verdadeira natureza é absoluta simplicidade, nosso estado original; no entanto, distração contínua, hábitos desordenados, noções acumuladas, medos e esperanças fazem com que pareça algo complicado, distante no tempo ou mesmo fora de nós:

25. A visão da Grande Completude, na qual você não precisa meditar, é a qualidade da minha consciência, criadora de tudo. Devido a esta grande qualidade de consciência iluminada, o ascetismo de esforço e engajamento é absolutamente desnecessário. Sendo sem causa e condições, não precisa ser procurada.

    O estado da meta não precisa ser obtido de outra pessoa. A verdadeira natureza da realidade é você mesmo, então praticar meditação é desnecessário. Como [os fenômenos] não nascem, não há antídoto para fazê-los parar. Não preste atenção em mais nada. Não procure o lugar da meditação. Quem meditar em mim não me encontrará, justamente por causa da meditação.

    Como a realidade que se manifesta sou eu, a dor não surge e não é necessário rejeitar nada. Sendo espontâneo, não nasci nem morro, por isso não é necessário suspender as funções sensoriais [e mentais] [para interromper] a cadeia de causação [que começa com] ignorância.

Para não ter dúvidas sobre o real significado da instrução, existem algumas explicações usando símbolos. Esses símbolos não são

conceitos ou coisas a serem analisadas pela mente, mas experiências que você deve ter pessoalmente:

> *A verdadeira natureza da consciência é certamente vazia e sem base; não é concreta, é como o espaço vazio. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.*
>
> *Esta não é a vaziez da visão niilista, de fato o conhecimento espontâneo é certamente radiante desde o início; surge e brilha por si só como o coração do sol. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.*
>
> *A consciência é certamente incessante desde o início; é como a corrente principal de um rio que flui continuamente. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.*
>
> *As flutuações mentais certamente não podem ser apreendidas; são movimentos sem solidez como uma brisa no céu. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.*
>
> *Todos os fenômenos, sejam eles quais forem, são certamente nossa própria manifestação; tudo o que aparece é como nosso reflexo em um espelho. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.*
>
> *Todas as imagens [mentais] certamente se dissolvem espontaneamente; elas surgem por si mesmas e se dissolvem por si mesmas como nuvens no céu. Contemple sua própria consciência para entender se é realmente assim.*

Apesar disso, ainda há alguns que não conseguem entender. Mas quem é aquele que tem dúvidas, que pensa, que observa, que medita, que busca, que age, que se esforça, que não compreende? Quem é que diz: “Sou eu”? Tem forma ou cor? Buscando-o dessa maneira, você não o encontrará, ainda assim, você não tem o senso de si?

Tanto na ausência de pensamentos quanto na presença deles, em uma sensação agradável e desagradável, andando ou ficando

quieto, falando ou ficando calado, em qualquer circunstância, ainda há o senso de si mesmo?

Antes, durante e depois de qualquer operação da mente e do corpo, o senso de consciência está sempre presente; no entanto, a maioria das pessoas não está ciente disso porque está vivendo como se estivesse em um sonho, completamente distraídas.

A distração dá origem à falta de autocontrole em pensamentos, palavras e ações; e o comportamento fora de harmonia causa sofrimento a si mesmo e aos outros. No entanto, assim como qualquer reflexo pode aparecer em um espelho límpido, a consciência iluminada permanece inalterada desde o início, tornando possível tanto o sonho ilusório quanto o subsequente despertar:

26. Eu, a consciência iluminada, o criador soberano de tudo, sou o espelho no qual você observa toda a realidade; tudo aparece nele claramente, mas desprovido de uma existência separada, portanto...

Portanto, todas as filosofias e práticas das religiões convergem na revelação e contemplação da verdadeira natureza de nossa consciência:

> *Não há nada além de consciência; à parte disso, não há visão para observar. Não há nada além de consciência; à parte disso, não há meditação para praticar. Não há nada além de consciência; à parte disso, não há conduta a ser aplicada. Não há nada além de consciência; à parte disso, não há nenhum compromisso a manter. Não há nada além de consciência; à parte disso, não há objetivo a realizar.*

O Tantra também confirma o mesmo princípio:

27. Não há nada além de mim, então é certo que não há visão sobre a qual meditar. Não há [compromisso] para manter

além de mim, então é certo que não há compromisso para manter. Não há nada para buscar além de mim, então é certo que não há nenhum ato de poder para buscar. Não há outro nível além de mim, então é certo que não há níveis [a serem alcançados] pelo treinamento.

Desde o início não há obscurecimento em mim, por isso é certo que sou conhecimento espontâneo. Eu sou a verdadeira natureza da realidade não-nascida, então é certo que também sou a realidade sutil. Não há para onde ir além de mim, então é certo que não há caminho a percorrer. Os Budas, seres comuns e toda a realidade vêm de mim, a matriz iluminada, então é certo que [em mim] desde o início não há dualidade.

Como [sou] conhecimento espontâneo e livre de dúvidas, é certo que sou também a grande revelação que dissipa as dúvidas. Como não há nada além de mim, é certo que eu, o criador de tudo, sou tudo. Não me conhecer é a essência do obstáculo. Ao buscar algo além de mim, surgem os desvios.

Para quem ainda tem dúvidas, há mais uma instrução sobre o símbolo do espaço celeste:

Contemple com frequência, contemple sua própria consciência. Observando exteriormente, no espaço celestial, não há lugar para o qual a consciência se mova. Observando internamente, aqui dentro de sua própria consciência, não há ninguém que se mova com o pensamento. Portanto, sua própria consciência é luminosamente resplandecente sem cintilar.

A luz clara da autoconsciência é vazia, [assim] é o corpo de realidade; como o sol surgindo em um céu claro e sem nuvens, conhece tudo claramente, mas sem quaisquer conceitos. Há uma grande diferença entre compreendê-la e não compreendê-la.

O espaço exterior e interior não estão realmente separados, mas a maioria das pessoas vive como se estivesse. Isso acontece porque elas estão acostumadas a projetar suas imagens mentais tanto em si

mesmas quanto nos objetos, acabando por acreditar no eu e no outro constituído e separado ilusoriamente por essas imagens. No entanto, quando relaxamos sem nos distrairmos, as imagens mentais se dissolvem naturalmente na consciência que tudo sustenta. Neste estado de consciência desnuda não há separação entre o espaço exterior e interior:

> 28. Oh! Este estado de ser que é governado pela consciência, criadora de tudo, é inefável e inimaginável; como as memórias foram acalmadas, está livre de elucubração; como o céu, é onipresente e ilimitado.

Ao deixar que suas projeções enganosas se dissolvam de forma natural, como nuvens no céu, o sol da consciência brilha, iluminando o espaço ilimitado. Quando isso acontece, mesmo que por um momento, a autoconsciência não está mais associada a nenhuma imagem mental, de modo que é impossível identificá-la, dizendo: "É isso"; ainda assim tudo pode ser conhecido como é.

> *Incrível! Esta luz clara, não-nascida desde o início e natural, é a consciência, a criança sem pai ou mãe. Não produzido por ninguém, é conhecimento espontâneo. Não tendo experimentado o nascimento, não morre.*
>
> *Incrível! Embora brilhe diretamente, não há observador. Mesmo que se vagueie na transmigração, ela não se torna algo ruim. Mesmo que se alcance a liberação, ela não se torna algo bom.*
>
> *Incrível! Embora exista em todos os lugares, não é compreendida. [Mesmo sendo] a meta, as pessoas a negligenciam, desejando outro objetivo. Mesmo que seja a si mesmo, as pessoas a procuram em outro lugar.*

A consciência desnuda não é uma teoria para estudar; não depende de um suporte concreto ou conceitual sobre o qual se concentrar, nem de uma regra de conduta a ser aplicada pelo treinamento em atividades específicas. Nem é o resultado de uma longa busca:

Maravilhoso!

Essa consciência do momento presente, indeterminável e clara, é de fato o ápice mais elevado de todas as visões.

Sem uma imagem como suporte, onipresente, não limitada pela mente, é de fato o ápice mais elevado de todas as meditações.

Este estado inalterado de relaxamento sem qualquer apego é, de fato, o ápice mais elevado de todas as condutas.

Essa realização, inata desde o início e não buscada, é de fato o ápice mais elevado de todos os objetivos.

Se houver esforço, significa que você ainda está tentando escalar a montanha ou a árvore; no entanto, o ápice máximo transcende o conceito de algo a ser alcançado:

29. É dito que eu, consciência iluminada, criador soberano de tudo, sou o ápice máximo de todos os ensinamentos. Os vários sistemas de regras éticas, de instruções, de estudos filosóficos e de Tantras, os [textos de] cem mil [versos], o [processo] da criação secreta e o [processo] da conclusão secreta, etc., que foram ensinados pelos três corpos dos mestres que saíram de mim, implicam esforço. Todos tentam assim chegar a mim, eu que estou além do esforço, mas assim fazendo eles não me verão. É por isso que se diz que sou o ápice máximo de todos os ensinamentos.

O mesmo princípio pode ser expresso de outra forma pelo exemplo dos fios e pregos usados para marcar a cruz que divide o espaço em um círculo sagrado. O conhecimento da consciência é o verdadeiro significado dos fios e pregos.

> *Vou explicar os quatro grandes fios firmes.*
>
> *O grande fio da visão correta é o senso límpido do momento presente; é chamado de "fio" porque é claro e não permite erros.*
>
> *O grande fio da meditação correta é esse senso límpido do momento presente; é chamado de "fio" porque é claro e não permite erros.*
>
> *O grande fio da conduta correta é esse senso límpido do momento; é chamado de "fio" porque é claro e não permite erros.*
>
> *O grande fio da meta correta é esse senso límpido do momento presente; é chamado de "fio" porque é claro e não permite erros.*
>
> *Vou explicar os quatro grandes pregos firmes.*
>
> *O grande prego da visão imutável é justamente esse senso límpido do momento presente; é chamado de "prego" porque é estável nos três tempos.*
>
> *O grande prego da meditação imutável é justamente esse senso límpido do momento presente; é chamado de "prego" porque é estável nos três tempos.*
>
> *O grande prego da conduta imutável é justamente esse senso límpido do momento presente; é chamado de "prego" porque é estável nos três tempos.*
>
> *O grande prego da meta imutável é justamente esse senso límpido do momento presente; é chamado de "prego" porque é estável nos três tempos.*

Quando você entende que toda a realidade existe desde o início no único ponto da consciência iluminada, então não há necessidade de traçar o círculo das deidades ou imaginar sua radiação gradual ou instantânea do ponto central e sua subsequente reabsorção nele.

As visões, meditações, condutas e objetivos que implicam esforço e alteração são mutáveis porque mudam de acordo com as inclinações pessoais, e podem nos desviar como os muitos galhos

de uma árvore. É verdade que também neste ensinamento as instruções são diversificadas, mas todas convergem para um único ponto, no qual não nasceu, não se tornou, é incriado e não fabricado:

30. Ó Grande Ser, ouça! Como toda realidade tem a natureza de um grande ponto, é livre de desdobramento e contração, não está sujeita ao nascimento ou à cessação, é eternamente o que é. Esta matriz livre de imagens mentais existe desde o início como o espaço, portanto está além do conceito e da expressão verbal.

Um ensinamento como este é imutável e isento de erros porque não diz respeito ao passado nem ao futuro e não requer a alteração do presente; consiste apenas na consciência desnuda aqui e agora...

RN: Qual é a sua experiência?

GB: Minha mente continua criando imagens, além disso, quando estou presente em mim mesmo, tenho a experiência de ser, como se uma parte de mim estivesse dizendo; "É isso". Isso significa que ainda não estou no verdadeiro estado de consciência desnuda? Mas você disse que simplesmente sentir a mim mesmo aqui e agora já é esse estado. Não entendo.

RN: Você não deve ter dúvidas sobre o fato de que a essência de sua consciência real é a mesma que a consciência completamente liberada das imagens mentais. Mesmo que durante o dia o céu esteja nublado, a luz natural que ilumina os mundos é a mesma do sol que brilha além das nuvens, assim como o céu é o mesmo ao lado de nuvens claras ou escuras.

Portanto, não se preocupe com imagens mentais; preocupar-se é outra imagem condicionante e, em todo caso, as nuvens claras e escuras também têm um papel na ordem natural das coisas. Deixe-as ir e vir naturalmente. A simples sensação de estar presente, o pensamento natural de "eu" ou "mim" é o conhecimento espontâneo da autoconsciência…

Ainda assim, aprenda a não ficar com a mente presa nesse sentimento. Pare de comentar todos os seus estados de consciência e relaxe no estado natural.

Seja! Quando você é em vez de tentar ser, que necessidade há de dizer: “É isso”? Você é isso por natureza, pelo próprio fato de existir, sem precisar procurá-lo, conceituá-lo ou estabelecê-lo em uma experiência.

***

> *Aqui está a instrução que lhe permite permanecer na unidade dos três tempos.*
>
> *Não se importando com o passado, deixe quaisquer considerações sobre o que já passou; não antecipando o futuro, corte os laços das associações mentais; não se apegando ao presente, permanece na condição de espaço.*
>
> *Como não há nada para meditar, não medite sobre nada, e como não há motivo para se distrair, confie na presença sem distrações. Sem meditar, sem se distrair, simplesmente observe.*
>
> *A autoconsciência, o sentir-se que surge límpido e emite sua própria luz, é a consciência iluminada. Não há nada sobre o que meditar, na verdade está além do cognoscível; não há distração, na verdade é clara por natureza. Fenômenos vazios se resolvem espontaneamente, e a clareza vazia é o corpo de realidade.*

Basicamente, a terceira introdução à consciência faz uso do símbolo do espaço. De fato, o espaço vazio não é algo que pode ser apreendido com o corpo ou com a mente, por isso sempre foi considerado o símbolo mais significativo do estado original:

31. Deste modo, assim como toda a realidade existe no espaço, os Budas, seres comuns e várias coisas permanecem no estado universal supremo de consciência iluminada.

Também neste caso, não se trata de refletir sobre o símbolo com a mente ou de se concentrar no espaço à sua frente. É suficiente você permanecer relaxado e consciente, mas com a atenção aberta, espaçosa como o céu. Inúmeros objetos podem estar presentes fora, muitos pensamentos podem surgir dentro; o que quer que apareça em seu campo de consciência, permaneça natural, relaxado, mas consciente. E se você se distrair? Bem, mais cedo ou mais tarde você percebe que se distraiu, não é? Essa lembrança pura é a própria presença da consciência:

32. Assim, a instrução secreta no coração da não-meditação é se manter no estado de presença sem se distrair.

Quando há a presença da consciência, tudo se torna claro naturalmente. Esforçar-se para obter a iluminação alterando o corpo, a voz e a mente é como querer assentar a água sacudindo o recipiente que a contém:

33. O estado natural inalterado é a verdadeira natureza de toda realidade; além da verdadeira natureza da realidade não há estado de iluminação. "Buda" é apenas um nome, a "verdadeira natureza da realidade" nada mais é do que a própria consciência chamada "corpo de realidade". Desde o início, o estado inalterado não nasce, então o que não nasce não requer esforço ou labuta.

O autoconhecimento espontâneo, puro e luminoso por natureza, é chamado de "Ser Adamantino". Na verdade, a iluminação é o despertar para o que realmente somos, aqui e agora, em cada momento e em qualquer lugar. Padmasambhava afirma isso com estas palavras:

> *Como é a manifestação da iluminação não realizada por meio de um caminho, é a visão do Ser Adamantino neste exato momento.*

Quando não entendemos esse princípio, elaboramos uma imagem do que gostaríamos de nos tornar e traçamos um caminho para alcançá-lo, corrigindo gradualmente o que acreditamos ser. Portanto, o Tantra ensina assim:

> 34. Não há caminhos graduais para me alcançar; como o conhecimento espontâneo é completo em um momento, ele é alcançado permanecendo no estado natural sem percorrer [um caminho].

Agora vamos ficar em silêncio...

RN: Está tudo claro?

GB: Não entendo. Me parece que a presença, tal como a experimento, ainda é um estado mental velado por imagens.

RN: Quando pensa isso, está julgando, então já alterou o que é. Deixe seus julgamentos se dissolverem no espaço luminoso e indeterminável de seu estado natural como é no momento presente.

GB: Mas a presença implica o reconhecimento da distração, e isso já não é um julgamento?

RN: A presença serve para trazê-lo de volta a si mesmo, como quando você percebe que está sonhando; mas se luta para manter a presença fixando-se nela, isso significa que você está tentando subir na árvore e, portanto, não é mais a árvore.

Se você permanecer em seu estado natural, deixando também o conceito de presença desaparecer, então o conceito de distração também desaparecerá. Então estará ciente sem saber que está.

***

Aqui está o ensinamento sobre a consumação definitiva.

Embora existam inúmeras visões conflitantes, no conhecimento espontâneo, na verdadeira natureza da consciência ciente de si mesma, não há dualidade de observador e observado.

Não tenha um ponto de vista, procure o observador. Quando, procurando o observador, você não o encontra, então a visão foi consumada; aqui você também alcança a visão final.

Não há ponto de vista a partir do qual observar, porém, sem cair na indiferença niilista, sentir-se límpido no momento presente é a visão da grande compreensão. Aqui não há dualidade de compreensão e não compreensão.

Embora existam inúmeras meditações conflitantes, no senso comum onipresente de autoconsciência não há dualidade de meditação e meditador.

Não medite, [em vez disso] procure o meditador. Quando, procurando o meditador, você não o encontra, então a meditação foi consumada; aqui você também alcança a meditação final.

Não há meditação para se engajar; porém, sem se deixar dominar pelas várias formas de torpor e agitação, o senso claro e inalterado do momento presente é a contemplação do estado uniforme e não fabricado. Aqui não há dualidade de calma e agitação.

Embora existam inúmeras condutas conflitantes, no ponto único do conhecimento ciente de si, não há dualidade de conduta e aquele que a aplica.

Não pratique uma conduta, [mas] busque quem a está praticando. Quando, procurando aquele que a pratica, você não encontra um praticante, então a conduta foi consumada; aqui você também alcança a conduta final.

Não há conduta a aplicar; porém, sem se deixar condicionar pela ilusão de tendências latentes, o senso do momento presente, inalterado e resplendoroso por si só, no qual não há nada a corrigir, modificar, obter ou desistir, é em si uma

conduta absolutamente pura. Aqui não há dualidade de puro e impuro.

Embora existam inúmeros objetivos conflitantes, na verdadeira natureza da consciência ciente de si, os três corpos [dos Budas] são uma realização inata. Aqui não há dualidade de realização e aquele que realiza.

Não procure realizar o objetivo, [em vez disso] busque apenas aquele que o realiza. Quando, procurando aquele que realiza, você não o encontra, então o objetivo foi consumado; aqui você também alcança o objetivo final.

Não há objetivo a ser alcançado; porém, sem se deixar condicionar pela rejeição e conquista, pela esperança e pelo medo, entenda que o senso resplendoroso do momento presente é a realização inata, pois aqui, dentro de si, os três corpos se manifestam plenamente; precisamente este é o objetivo da iluminação original.

A quarta introdução à consciência considera principalmente o significado último da visão, meditação, conduta e objetivo. Este princípio é importante não apenas para os budistas, mas também para qualquer pessoa que tenha uma fé ou professe uma religião afim de que a espiritualidade não degenere em seu oposto. Infelizmente, isso já aconteceu e continua a acontecer no momento em que seguidores de doutrinas individuais afirmam ser os defensores ou únicos mensageiros da única Verdade. No entanto, o ensinamento definitivo e eterno está além das formas limitadas e transitórias representadas por qualquer religião.

Não há nada existente no tempo e no espaço que esteja fora do processo de devir contínuo através do consumo de velhas formas e da pretensão de novas. Até a personalidade muda, felizmente; ainda assim, as pessoas tendem a bloquear esse processo ficando presas em uma visão de mundo particular e adotando um comportamento rígido. É em consequência disso que, também no campo da espiritualidade, surgem instituições, associações, grupos e centros, cada um com suas próprias teorias e práticas específicas e cada um reivindicando ser o único detentor da Verdade. Mas como pode a

Verdade singular ainda estar ligada a nomes, especulações, ritos, meditações, regras e experiências particulares?

Quando meu mestre realizou a completa extinção da mente dualista, sua vida mudou radicalmente. Para evitar problemas com as autoridades, pois tinha certeza de que elas não entenderiam, deixou seu mosteiro e retirou-se para um eremitério, onde apenas alguns discípulos puderam encontrá-lo. Eu também fui visitá-lo naquele lugar selvagem. Naquela época eu ainda não tinha recebido este ensinamento, então fiquei surpreso com seu comportamento, mas não fiquei indignado porque minha fé nele era absoluta. Percebi que meu mestre não fazia mais nenhuma prática formal e nem mesmo concedia as iniciações a que estávamos acostumados. Ele continuou a dar ensinamentos de vários tipos, de acordo com as capacidades de seus discípulos, porém em um estilo muito mais simples do que antes. Além disso, em ocasiões específicas, ele também realizava rituais para seus discípulos, mas suas ações eram novas e eu não sabia o significado delas.

Um belo dia resolvi perguntar ao mestre qual era sua prática espiritual. Ele permaneceu em silêncio, perfeitamente imóvel, olhando nos meus olhos. Sob a influência de seu silêncio, eu também fiquei silencioso e entrei, por um momento, em um estado límpido, não-conceitual. Depois de um tempo, ouvi o mestre dizer que aquilo era a transmissão direta da revelação sagrada sem palavras, o ensinamento além das escrituras e símbolos.

O mestre explicou que, quando a percepção dualista cessa completamente, a mente não pode voltar a si mesma, nenhum ato de reflexão mental é possível e a faculdade da imaginação deixa de funcionar. No entanto, os sentidos físicos e o intelecto funcionam perfeitamente, mas sem esforço, e as atividades são realizadas espontaneamente, sem qualquer intenção pessoal. Então ele recitou esta passagem da revelação para reforçar o que ele havia acabado de me dizer:

35. Ó Rei do conhecimento, Ser Adamantino, ouça! O ensino [do que é conhecido como] a doutrina definitiva sobre a [realidade] absoluta não é algo que o rei do conhecimento

> possa conhecer e explicar. Não é algo que se possa estabelecer nem é um objeto da imaginação. Não pode ser meditado através da concentração, não é limitado pela mente. O desejo está ausente, por isso não é um fruto a ser colhido.
>
> Portanto, quem permanece na realidade como ela é, sem julgar, alcança a iluminação sem ter percorrido um caminho. Ele ou ela descobre o conhecimento espontâneo sem ter treinado sua consciência. Ações de poder são realizadas naturalmente sem esforço. Você é puro por natureza sem ter que manter compromissos.
>
> Na realidade como ela é, os objetos e os sentidos são claros, os Budas e os seres comuns não são percebidos como diferentes, e há a sensação de que tudo é um na realidade como ela é. Não há unidade nem pluralidade na realidade como ela é. Sobre a matriz que nunca nasceu, como se pode expressar uma opinião?

Meu mestre me disse que aquelas palavras foram dirigidas expressamente a mim; depois acrescentou que a partir daquele momento, em vez de estudar, meditar, cumprir regras e buscar os resultados da prática, eu deveria me observar e buscar quem eu era. Foi nesse momento que minha religião me apareceu apenas como um conjunto de imagens mentais com as quais eu tinha me identificado ilusoriamente.

Então o mestre me transmitiu as instruções de Padmasambhava sobre a consumação definitiva de visão, meditação, conduta e objetivo. Ah, eu as segui, com certeza! Mas acabei transformando-as em um novo credo e outro método, acreditando que as instituições, teorias e práticas da minha antiga religião eram completamente inúteis, se não mesmo prejudiciais. Falei disso com meu mestre. A fim de me ajudar a entender o real significado do Dzogchen, ele explicou que todos os aspectos da realidade, também aqueles da religião com a qual eu não concordava mais, nada mais eram do que a expressão da única consciência iluminada e, portanto, partes do todo indivisível. Então ele me deu este conselho:

“Se você acredita que há contradições nas explicações que recebeu, é porque separa absoluto e relativo, sabedoria e meios. Nunca se esqueça que o conhecimento espontâneo realizado pelo sábio não é uma abstração árida, na verdade se manifesta na vida cotidiana como amor verdadeiro para com todos os seres e formas de vida. Os sábios estão livres da ilusão da dualidade e, no entanto, também sabem como dar os brinquedos certos às crianças. No entanto, eles nunca tentam a qualquer custo criar ou destruir qualquer coisa pois vivem em conjunto com a consciência iluminada que é a verdadeira criadora de tudo. Os sábios permanecem sem esforço no estado natural, deixando as formas aparecerem e desaparecerem espontaneamente, de acordo com a ordem natural das coisas. Quando as crianças crescem, elas deixam para trás suas velhas brincadeiras de forma natural, como uma cobra trocando de pele ou uma árvore suas folhas. Só quem não sabe fundir sabedoria e meios luta com veemência para modificar a realidade e acaba causando apenas sofrimento.”

RN: Você entendeu?

GB: Acho que sim, mas tenho uma pergunta: o estado de consciência onde não há mais aquele que tem uma visão, que medita, que se engaja em uma conduta, que busca o objetivo, etc., é a consciência desnuda livre de imagens mentais?

RN: É o estado de ser em que cessa a sensação de separação entre o eu e o mundo, mas você já está experimentando esse estado, embora de maneira análoga.

GB: Não entendo como.

RN: Ao viver em seu estado natural, não naquele que você gostaria de realizar, mas apenas no que você é no momento presente, deixe seus sentimentos se expressarem livremente sem mais esperar pela liberação ou temer a transmigração.

GB: Então, qual é o sentido do ensinamento sobre um estado de consciência livre de imagens mentais?

RN: Algumas pessoas entendem essa instrução no momento em que a recebem porque estão prontas e entram nesse estado imediatamente.

GB: Então ainda não estou pronto.

RN: Você ainda está discriminando. Não se julgue. Esteja no presente. Seja natural, e tudo o que deve ser será, assim como tudo já é.

GB: O que isso significa, que tudo já é?

RN: Significa que, na realidade, já há despertar, mas você não pensa assim porque se compara com outra pessoa, pensa que tem que experimentar de uma maneira diferente e, portanto, não está presente no momento. A comparação, como você a vive, acarreta uma avaliação negativa e, portanto, uma alteração. Quando você está realmente consciente no presente, não altera nada porque não se julga, você simplesmente é.

GB: O que você disse sobre o amor me fez pensar que também devemos desenvolver amor por nós mesmos, por exemplo, quando, nos comparamos com grandes mestres, nos consideramos inaptos ou sucumbimos à frustração da imperfeição.

RN: Certo! Pare de se comparar com alguém e ame a si mesmo; desta forma você será capaz de entender a necessidade do outro e saberá como ajudar quando solicitado. Seja você mesmo genuinamente e respeite os outros, deixando-os realmente serem quem são. Este é o caminho para se tornarem mestres da auto-liberação.

***

Agora há algumas instruções dirigidas particularmente àqueles que não são capazes de compreender os ensinamentos anteriores:

> *Essa consciência, não limitada pelos oito limites de permanência e cessação [etc.], é chamada de "caminho do meio", na medida em que não cai nesses extremos. Chama-se*

“consciência” porque a presença é incessante. É dado o nome de “essência dos seres realizados” porque é vaziez que tem a natureza da consciência.

Quando há essa compreensão, transcende-se todo o cognoscível, portanto, também é chamado de “conhecimento transcendente”. Além da mente, desde o início não está presa aos extremos das conclusões, mas recebe o nome de “grande selo”.

Devido à diferença entre compreendê-la e não compreendê-la, torna-se a base de toda a felicidade e sofrimento da liberação e transmigração, de modo que é chamado de “base universal”. Apenas esse sentimento ordinário, comum, cotidiano, claro e límpido, que recebe o nome de “senso comum”.

Por mais nomes agradáveis e belas definições que possam existir, realmente quem aspira a algo mais, a algo diferente desse senso do momento presente, é como quem segue as pegadas de um elefante apesar de já tê-lo encontrado. Mesmo que siga [seus passos] nos numerosos mundos, nunca encontrará [o elefante]; da mesma forma, além da consciência, a iluminação nunca pode ser encontrada.

Não tendo entendido, busca-se a consciência fora; no entanto, como encontrar a si mesmo buscando-se no outro e não em si próprio? É como um idiota abrindo mão de sua própria identidade para imitar muitas pessoas e, posteriormente, não mais se reconhecer com outra pessoa.

A maioria busca a natureza búdica fora de si, em um mestre ou outro ser superior que consideram divino, e por meio da adoração a essas entidades eles esperam obter não apenas poderes comuns, mas também a liberação final.[11] No entanto, o Tantra afirma:

---

11. Os poderes comuns são várias formas de domínio mágico sobre a matéria.

36. Aqueles que consideram o estado de iluminação como uma entidade não o encontrarão, pois desconsideram a verdadeira natureza da realidade; então não olhe para o Buda, mas compreenda sua própria consciência livre de ação.

Nossas sociedades contemporâneas, tanto no Oriente como no Ocidente, estão muito longe de aplicar essa verdade. Mas houve um tempo em que as pessoas não procuravam acumular conhecimento através do estudo, não se esforçavam para desenvolver habilidades e poderes, não se impunham regras de conduta e não perseguiam objetivos movidos pela esperança e pelo medo, porque sabiam viver de maneira natural, confiando apenas em seu conhecimento espontâneo como fonte de todo aprendizado e capacidade verdadeiros.

Então vieram algumas pessoas que começaram a buscar conhecimento, poderes, certeza e segurança fora de si. Foi quando a harmonia original foi quebrada e a aflição do esforço se espalhou, contaminando a maioria, e no mundo surgiram a discriminação, a desigualdade, o conflito e os males que perduram até hoje. Por que tudo isso aconteceu e como podemos retornar à nossa condição original?

Observando a si mesmo, não é difícil discernir que a raiz da atual situação de confusão e sofrimento é uma espécie de ignorância ou mal-entendido caracterizada pela distração. De fato, o que muitas vezes acontece quando experimentamos sensações, emoções, pensamentos e fantasias é que nos esquecemos do que realmente somos e acabamos acreditando que somos o que estamos vivenciando; daí surgem o condicionamento, a dependência, a desarmonia, a falta de autocontrole e o sofrimento.

Não vendo a real condição das coisas, não entendemos que os fenômenos são consciência, então nos desviamos para a transmigração. Não entendendo que a iluminação é nossa própria consciência, a liberação é obscurecida.

Transmigração e liberação não são mais diferentes uma da outra do que a compreensão e a não-compreensão o são em

seu único instante; estamos deludidos quando as vemos como algo diferente de nossa própria consciência.

Ilusão e desilusão são uma essência; no ser não há duas linhas de consciência, então a ilusão se dissolve quando deixamos a própria consciência em seu próprio estado natural inalterado.

A verdadeira natureza da consciência é incondicionada, pura e luminosa desde o início; porém, quando não a reconhecemos e nos distraímos, é como sonhar, convencidos de que as imagens oníricas realmente existem de uma forma concreta e independente de nós. Alcançar a iluminação é como reconhecer que estamos sonhando, redescobrir a autoconsciência e despertar novamente. Até que entendamos essa verdade, a própria busca pela iluminação perpetua a ilusão da transmigração. Assim, a transmigração e a liberação nada mais são do que ignorância e compreensão de nossa verdadeira natureza. Num instante adormecemos, num instante despertamos. Quem está dormindo e quem está acordado?

Ilusão e desilusão são como as pérolas enfiadas no único fio de um colar. Quem entende a natureza desse único fio conhece o significado verdadeiro, essencial, mútuo e último de todos os textos sagrados.[12] Para reconhecer essa verdade elementar, basta permanecer no estado natural. A água não pode recuperar sua limpidez natural enquanto continuarmos sacudindo com força o recipiente que a contém.

As indicações anteriores são suficientes para algumas pessoas, enquanto outras precisam de mais explicações. Nesse caso, pode ser útil observar as sensações, emoções e pensamentos que se sucedem na arena de nossa consciência:

---

12. “Fio” e “texto” traduzem uma palavra tibetana *rgyud* (Skr. *tantra*). A palavra tibetana *mdo* (Skr. *Sutra*), outro tipo de texto sagrado, tem o mesmo significado.

Quando não está ciente do fato de que a própria ilusão é consciência, não entendendo a verdadeira natureza da realidade, deve observar por e dentro de si mesmo o que surge espontaneamente.

Ao observar esta exibição, você deve prestar atenção ao lugar onde os fenômenos internos surgem, se manifestam e, em seguida, desaparecem:

No início, de onde surgem esses fenômenos? Então, onde eles permanecem? Finalmente, onde eles desaparecem? Observe-os como se fossem corvos em um barco [no meio do mar]; eles voam do barco, mas não têm outro lugar para pousar. Da mesma forma, os fenômenos surgem da consciência e se dissolvem nela.

Se você não está distraído, reconhece que aquele único lugar misterioso é apenas a própria consciência. O estado de consciência desnuda precede conceitos e emoções pois é sua base original, como o céu onde as nuvens aparecem e se dissolvem naturalmente:

A verdadeira natureza da consciência, a clareza vazia que sente tudo e está ciente de tudo, é como o espaço em que clareza e vaziez são inseparáveis desde o início. Averiguar clara e diretamente que se trata de um conhecimento espontâneo, esta é a condição real. Aqui está a prova: você entende que todos os fenômenos são consciência e que a natureza da consciência, sendo claridade luminosa, é como o espaço.

Embora o exemplo do espaço seja usado para apontar a condição real, é apenas um símbolo que a indica parcialmente. A natureza da percepção é dotada de consciência, uma vaziez que é absolutamente clara; o espaço é inconsciente, uma vaziez imaterial. Esta é a razão pela qual a natureza da consciência não pode realmente ser indicada pelo [exemplo do] espaço. Permaneça na condição [de espaço] sem se distrair.

Aqueles inclinados a usar a mente racional podem tentar entender este ensinamento por meio da lógica e erroneamente concluir que sua natureza original é vazia como o espaço imaterial, porém o espaço é apenas um símbolo. Seu significado é o verdadeiro estado natural de consciência.

> *Não se pode demonstrar a existência real de nenhum dos diversos fenômenos como aparecem convencionalmente; na verdade eles desaparecem.*

Se você é incapaz de permanecer em seu estado natural como no espaço, sem se apegar a nada ou julgar nada e, em vez disso, logo se deixa condicionar pelas sensações, você deve observar a natureza dos fenômenos.

Não analise os fenômenos, mas observe-os sem se distrair. Se você tentar observar os fenômenos dessa maneira, descobrirá que o que você acreditava ser o objeto desaparece e, em seu lugar, surge a realidade livre de imagens mentais.

Observe tanto a pessoa que você mais ama quanto a que mais odeia, a coisa que acha mais preciosa ou agradável e a que acha mais espalhafatosa ou desagradável, e você verá que aparece como tal apenas imaginando-a dessa maneira.

> *Para exemplificar isso, [considere] toda realidade, transmigração e liberação, como sendo apenas a manifestação de sua própria consciência. Quando [seu] estado de consciência muda, a manifestação correspondente aparece externamente.*

De fato, as coisas como aparecem dependem de nosso estado de consciência, de compreendermos ou não a nós mesmos, comparáveis às condições límpidas ou turvas da mesma água.

> *Assim, tudo é uma manifestação da consciência. Os seis tipos de seres comuns têm visões distintas dos fenômenos; fora [do*

budismo], os extremistas apoiam a visão dualista de permanência e cessação; e os nove níveis de veículos possuem visões distintas.

Todos os seres veem as coisas de forma diferente, condicionados por suas próprias inclinações, preferências e desejos:

Você vê várias coisas e várias coisas não são as mesmas; assim, ao perceber as diferenças, você é seduzido pelo apego pessoal. Quando se está ciente de que todos os fenômenos são consciência, mesmo que surja a percepção dos fenômenos, por não apreendê-los você é Buda.

Quando não há mais apego a uma imagem subjetiva da realidade, o que acontece é que essa imagem se dissolve, você não está mais condicionado por inclinações pessoais e desperta do sonho.

Não são os fenômenos que seduzem, é o apego que seduz. O apego se dissolve por si mesmo quando se está desperto de que isso é consciência.

Na verdade, não são os fenômenos que o condicionam, é o apego pessoal aos fenômenos. Como, então, é possível libertar-se do apego? Compreendendo que ele também não existe independentemente de sua consciência. Quando você permanece no estado de consciência desnuda, as imagens subjetivas se dissolvem naturalmente junto com o apego e todas as qualidades positivas se manifestam espontaneamente.

O que quer que apareça é uma manifestação da consciência. A visão material do mundo externo também é consciência. O que aparece como os seis tipos de seres comuns também é consciência; a visão beatífica das deidades em seus mundos e dos humanos é consciência, e a visão dolorosa dos três mundos inferiores é consciência.

O que aparece como os cinco venenos emocionais, que é o mal-entendido [e os outros venenos], é consciência e o que aparece como a visão do conhecimento espontâneo também é consciência.

O que aparece como os traços latentes da transmigração [determinados por] pensamentos negativos é consciência e o que aparece como os impulsos da liberação [determinados por] pensamentos positivos é consciência.

O que aparece como os obstáculos dos demônios e forças do mal é consciência e o que parece benigno, como deidades e realizações, é consciência.

O que aparece como vários conceitos é consciência e o que aparece como o estado não-conceitual de concentração também é consciência.

O que aparece como a cor que caracteriza as coisas é consciência e o que aparece como simples e desprovido de características também é consciência.

O que parece livre da dicotomia de unidade e multiplicidade é consciência e o que parece totalmente indeterminável em relação à existência e não-existência, também, é consciência.

Concluindo, você deve entender que, assim como um sonho e o subsequente despertar dele são possibilitados por nossa própria consciência, todo o processo de transmigração e liberação é sustentado por uma única base que é a consciência iluminada, sua verdadeira natureza. De fato, o Tantra é explícito:

37. Eu sou o estado natural de tudo; não há nada além do meu estado natural. Os mestres [manifestando-se através] dos três corpos são meu estado natural; os Budas dos três tempos são meu estado natural; os bodisatvas são meu estado natural; os [praticantes dos] quatro Iogas são meu estado natural. Os três mundos, do desejo, da forma e sem forma, também são indicados como meu estado natural, criador de tudo. Os cinco elementos também são meu estado natural; os seres comuns das seis condições de existência também são meu

estado natural. Todos os fenômenos são meu estado natural; toda existência é meu estado natural; a totalidade dos mundos e daqueles que vivem neles é meu estado natural. Não há nada além do meu estado natural, então toda a realidade está contida em mim, eu que sou a raiz de tudo; não há nada que não esteja contido em mim.

Alguém pode perguntar: “Se minha verdadeira natureza é a consciência iluminada, então por que surge a ignorância e o mal-entendido da realidade? Como é possível que a própria consciência iluminada, o estado natural não-nascido, não criado, livre de devir, eterno, sem alteração e livre de sofrimento, se manifeste como aquilo que nasce, é criado, devir, transitório, alterado e sujeito ao sofrimento?” Esta é a resposta de Padmasambhava:

> *Não há fenômeno que não seja consciência. Qualquer fenômeno que apareça [em virtude] da natureza desimpedida da consciência, embora surja, é como uma onda em relação ao oceano; como não há dualidade, encontra sua resolução na própria consciência.*

Isso significa que, como não é impedida por nada, a consciência iluminada se manifesta livremente de qualquer forma, portanto, também como a condição ilusória da transmigração. De fato, a liberdade da consciência iluminada também se expressa em sua capacidade de ocultar sua verdadeira natureza porque, de outra forma, os iluminados, seus ensinamentos, os discípulos, tempos e lugares não existiriam:

38. Eu, o criador de tudo, sou um segredo para todos. Para os mestres que saíram de mim [através] dos três corpos, não revelarei meu estado natural tríplice, permanecerá secreto para eles. Não revelarei meu estado natural aos Budas dos três tempos que habitam em mim, permanecerá secreto para eles. Não revelarei meu estado natural a todas as assembleias [de discípulos] que cercam [os mestres] e convergem em mim, permanecerá secreto para eles. Não revelarei meu

> estado natural aos seres comuns dos três mundos criados por mim, permanecerá secreto para eles.
>
> Se eu não mantivesse meu estado natural em segredo e o revelasse, os mestres [que se manifestam através] dos três corpos não sairiam de mim. Se eles não saíssem de mim, os três ensinamentos,[13] os três veículos e os três tipos de discípulos não se reuniriam. Se estes não se reunissem, não haveria as Três Jóias, que é o Buda, sua doutrina e sua comunidade, e ninguém poderia conhecer a iluminação suprema.
>
> Se eu não mantivesse meu estado natural em segredo e o revelasse aos Budas dos três tempos que surgiram de mim, haveria o defeito da falta dos mestres [que se manifestam através] dos três corpos. Se eu não mantivesse em segredo meu estado natural e o revelasse às assembleias de discípulos que convergem em mim, não haveria a subdivisão dos veículos [ensinados pelos] três mestres. Se por compaixão eu revelasse meu estado natural aos seres comuns dos três mundos criados por mim, não haveria lugar para os ensinamentos dos três mestres. E se assim fosse, quem poderia dizer que a realidade criada por mim, o criador de tudo, é totalmente completa?

Aqueles que vivem distraídos, inconscientes de sua verdadeira natureza, experimentam ilusão e sofrimento. No entanto, pelo sofrimento, mais cedo ou mais tarde os seres são estimulados a buscar sua causa e, uma vez que a encontram, desejam também descobrir o caminho para eliminá-la; consequentemente, um dia a

---

13. 1) O ensinamento do corpo de emanação (*nirmanakaya*) contém o veículo menor (*hinayana*) e o veículo maior (*mahayana*); 2) os ensinamentos do corpo de fruição (*sambhogakaya*) contém as tradições esotéricas dos três primeiros tipos de Tantras (*kriya, ubhaya/carya, ioga*); (3) o ensinamento do corpo de realidade (*dharmakaya*) contém os Tantras restantes (*mahayoga, anuyoga, atiyoga*).

sabedoria do entendimento surgirá da emoção. O que torna possível e sustenta todo esse processo nada mais é do que a consciência iluminada. Mas como se esconde e se revela, manifestando-se livremente como condições de transmigração e de liberação?

39. Assim, através de sua essência, existência e graça, o criador soberano de tudo cria toda a realidade. De seu único grande conhecimento espontâneo originam-se as cinco grandes sabedorias naturais,[14] as da aversão, do desejo, da obtusidade, da inveja e do orgulho. Dessas cinco sabedorias naturais se originam as cinco grandes causas ornamentais e os três grandes mundos transitórios [do desejo, da forma e sem forma] são criados. Agrupando todos os corpos que constituem essas causas temos os cinco corpos chamados terra, água, fogo, ar e éter.

Consequentemente:

40. O caminho da emancipação completa é quíntuplo: os cinco caminhos das cinco sabedorias naturais, indicados como os caminhos de todos os Budas dos três tempos, são desejo, aversão, obtusidade, inveja e orgulho.

Se você permanecer em seu estado natural, consciente sem alterar a realidade como ela é, conceitos, imagens mentais e emoções aparecem e desaparecem naturalmente como ondas do mesmo conhecimento espontâneo. Quando há essa consciência não-dual, é possível aprender com qualquer experiência sem permanecer preso a ela. É assim que naturalmente, sem nenhum esforço, a bela flor

---

14. “Conhecimento espontâneo” e “sabedoria natural” traduzem uma única expressão tibetana *rang 'byung ye shes*, que, no entanto, tem dois significados distintos, de acordo com o contexto: o primeiro é a autoconsciência única, enquanto o segundo é o entendimento decorrente da experiência das cinco emoções.

de lótus floresce na superfície da água intocada pela lama, abrindo-se à luz do sol e fechando-se à noite.

Depois que meu mestre realizou a dissolução completa e irreversível da mente dualista, perguntei a ele quem ou o que era o “soberano criador de tudo?” Esta foi sua resposta: “Uma vez eu pensei que o 'soberano criador de tudo' era apenas a própria mente; agora que a ilusão do meu pequeno eu se dissolveu, vejo que estava enganado. Se você me perguntar quem ou o que é, só posso responder que não sei, porque o conhecedor e o conhecido são a mesma realidade tal como é”. Então ele entoou esta passagem do Tantra:

41. Tal é a realidade como ela é; eu também, o criador de tudo, sou a realidade como ela é, e o que é criado por mim também é a realidade como ela é. Os seis objetos são criados por mim. As faculdades sensoriais e mentais são minha consciência. A totalidade da consciência [sensorial e mental] é meu conhecimento espontâneo. Os cinco elementos, isto é, as cinco causas de todas as coisas, também são a realidade como ela é.

É por isso que o Tantra afirma que a consciência iluminada revela seu estado natural apenas para si mesma, ou seja, na condição de união extrema, verdadeiro *Atiyoga*:

42. Então eu, o criador soberano de tudo, revelarei a mim mesmo meu estado natural que manifesto. Eu, o criador de tudo, não dei a doutrina que revela [meu estado natural] aos mestres e seus séquitos, pois todos eles vêm de mim. A união extrema sou eu, o criador de tudo, portanto é aí que meu estado natural deve ser revelado.

Agora segue o conselho final.

> *Ainda que os nomes sejam dados devido à presença livre do que deve ser nomeado, seja qual for o nome [que indica a realidade autêntica], na verdade não há nada além de consciência singular, sem base e desprovida de raiz.*

A realidade autêntica é chamada de várias maneiras de acordo com as culturas e tradições, mas não é outra coisa senão a consciência única sem causa; é por isso que é necessário ir além de seus diferentes rótulos para redescobrir o único princípio original.

> *Não existe um ponto de vista unilateral. Não tenha uma visão concreta pois [consciência] não pode ser determinada de forma alguma; não tenha a visão de vaziez pois há o esplendor da consciência clara, não tenha uma visão fragmentária pois clareza e vaziez são inseparáveis.*

Transcende qualquer determinação conceitual, mas se manifesta livremente em todos os lugares e de todas as maneiras; por isso é importante não ficar preso a qualquer ideia ou experiência e permanecer sempre aberto, mesclando sabedoria e meios.

> *Embora sentir-se no momento presente seja claro e límpido, você não sabe quem é que o faz assim. É impessoal, mas pode ser experimentado diretamente.*

Você não deve confundir a consciência desnuda com uma imagem de seu eu limitado, mas não pense que sua verdadeira natureza não pode ser experimentada aqui e agora.

> *Todos [os seres] podem se libertar experimentando esse estado [de pura consciência]. Na verdade, seu reconhecimento se dá sem qualquer diferença quanto à capacidade [de compreensão], seja ela certeira ou tediosa.*

Não é necessário tornar-se erudito ou submeter-se sabe-se lá a que disciplina para reconhecê-la; no entanto, você também não deve ficar indiferente, continuando a viver distraído, alegando que já está iluminado desde o início:

Embora o gergelim e leite sejam as causas do óleo e da manteiga, se o gergelim não for moído e o leite não for batido, não haverá óleo nem manteiga. Na verdade, todos os seres são Budas em potencial, mas se eles não experimentam a [consciência de sua própria natureza verdadeira] não se iluminam, enquanto mesmo um pastor se liberta ao experimentá-la.

O que se chama iluminação, salvação ou realização é uma potencialidade que deve ser desperta através da autoconsciência, em cada momento e em cada circunstância. Mesmo um pobre ignorante pode despertar dessa maneira.

Embora não se saiba explicá-la, pode-se averiguá-la diretamente; é como provar o açúcar para não precisar mais de outra pessoa para explicar seu sabor.

Este ensinamento é apenas um indicador, mas ao aplicá-lo você pode entender seu verdadeiro significado e, quando isso acontece, não há mais necessidade de confiar nas explicações de outra pessoa. Padmasambhava foi um grande estudioso e praticante das doutrinas budistas, tanto comuns quanto esotéricas, mas ele só foi capaz de entender seu significado essencial e último quando seu mestre, Sri Simha, transmitiu a ele a introdução direta à consciência. Padmasambhava imediatamente colocou em prática sem tagarelar sobre isso com os outros, de modo que ele alcançou uma profunda certeza interior e independência de qualquer autoridade externa, tornando-se um mestre.

Mesmo os grandes eruditos estão sujeitos à ilusão se não tiverem esse entendimento. Você pode se tornar um

especialista no campo dos nove veículos, mas é como contar uma história sobre algo distante que nunca viu; desta forma você não tem acesso à iluminação de forma alguma.

Hoje em dia discípulos sérios são raros; a maioria anota o ensinamento, mas não o vivencia profundamente, e até insiste em escrever livros. Que presunção!

43. Todos falam sobre a verdadeira natureza da consciência [dizendo que] não nasce e todos discutem o significado do estado impessoal, mas ninguém entende o não-nascido diretamente.

Até que essa compreensão floresça, você continua vivendo preso à rede ilusória da dualidade, causando sofrimento a si mesmo e aos outros.

Se você tem esse entendimento, virtude e vício se dissolvem espontaneamente; se o estiver faltando, então qualquer ação que realize, seja ela virtuosa ou não, você não transcenderá a transmigração nos mundos superiores ou inferiores.

Neste caso, é melhor aprender o autocontrole, submetendo-se a uma disciplina adequada. Na verdade, o Tantra diz:

44. O mestre dos mestres, o criador soberano de tudo, ensinou que, enquanto você permanecer no caminho de imagens mentais, você terá uma visão dualista que distingue entre observar e não observar [regras], caso em que você deve manter os [votos] principais e secundários. Eu, o criador soberano de tudo, sempre fui a realidade como ela é. Na realidade como ela é não há sujeito e objeto, então quem entende os fenômenos dessa maneira não concebe observar nem não observar [regras].

Portanto, Padmasambhava ensina:

> *Assim que você compreende o conhecimento de sua consciência vazia e clara, não há mais nenhuma consequência positiva ou negativa real de ações virtuosas ou viciosas. Assim como um rio não jorra do espaço vazio, a virtude e o vício não existem objetivamente na vaziez.*

O Tantra também afirma isso claramente:

45. Uma vez que todos os fenômenos como eles aparecem são um na verdadeira natureza não-nascida da realidade, a distinção entre obscurecimento e ausência de obscurecimento não pode ser determinada na essência da consciência, a matriz não-nascida.

    Ó Ser Adamantino, contemple bem! Quem deseja remover o obscurecimento e obter a ausência de obscurecimento, quando [tudo] é um na verdadeira natureza não-nascida da realidade, contradiz o significado autêntico da matriz suprema. […] Quem permanece além dos conceitos e julgamentos como no espaço, permanece na consciência iluminada onde não há obscurecimento nem ausência de obscurecimento.

Assim, quem compreendeu este ensinamento essencial sobre o “não-nascido” não tem compromissos a cumprir, exceto o da consciência; isso significa apenas permanecer presente, sem esforço nem fixações; no estado natural de auto-liberação além da esperança e do medo:

46. Como a verdadeira natureza da realidade nunca muda ao longo dos três tempos, entenda que meu compromisso, do criador soberano de tudo, não deve ser mantido nos três tempos. Ó, assim como toda realidade é uma única coisa na consciência que constitui sua raiz, os compromissos são um só no [compromisso de] não manter o [que constitui] o

compromisso raiz, ou seja, a compreensão da consciência não-nascida.

Assim, para ver diretamente a autoconsciência em sua nudez, esse ensinamento sobre a liberação natural através da visão desnuda é realmente profundo, então é justamente aqui que você deve examinar o que é autoconsciência. Profundamente selado.

Maravilhoso! Esta introdução à consciência, liberação natural através da visão desnuda, é uma breve e clara síntese composta levando em consideração as escrituras sagradas, as mensagens reveladas, os ensinamentos dos mestres e a experiência pessoal, com a aspiração de beneficiar os dignos da idade das trevas, como as das gerações futuras. Neste momento [o texto] não pode ser propagado; que seja escondido como um tesouro precioso. No futuro, que seja descoberto por uma pessoa destinada a fazê-lo. Samaya. Selado, selado, selado.

Este texto sobre introdução direta à consciência, chamado "Liberação Natural da Visão Desnuda", foi composto por Padmasambhava. Abade de Uddiyana. Que [este ensinamento] não termine até que a transmigração seja esvaziada.

No Tibete, Padmasambhava transmitiu as instruções essenciais de Sri Simba e Garab Dorje, integrando-as com outras extraídas de textos sagrados e usando como base sua própria experiência. Entre os discípulos que as receberam estavam suas consortes Mahadavara e Yeshe Tsogyal, que as transcreveram com precisão. Posteriormente, o mestre e suas duas grandes discípulas esconderam o texto para que pudesse ser redescoberto e transmitido intacto em um momento futuro propício à sua promulgação. Isso aconteceu quando Karma Lingpa o trouxe à luz no Monte Gampodar e continua a acontecer quando alguém redescobre a verdadeira natureza da consciência.

Atualmente, a humanidade está atravessando uma fase particular de um ciclo cósmico. Esta fase temporária é obscura porque a

maioria das pessoas não está mais ciente de sua união com o Grande Si, de modo que a tensão, os conflitos e o sofrimento prevalecem em todos os lugares. No entanto, mesmo na escuridão da mente confusa e aflita das pessoas, a luz clara da consciência está brilhando. Quem desperta para a consciência clara de sua verdadeira natureza sabe que a escuridão não é mais real do que uma alucinação seria.

RN: Você ainda tem dúvidas?

GB: Sim. Quando procuro o lugar onde os pensamentos surgem, se manifestam e desaparecem, sempre encontro a sensação de existir como eu. Em vez disso, se o entendi corretamente, não encontrarei nada em que minha mente possa ficar presa.

RN: Este senso em si já é o estado de consciência, porém para muitas pessoas é como a luz do sol por trás de espessas nuvens escuras. Quando todas as nuvens se dispersam, o senso de ser, que é o pensamento "eu", parece se dissolver completamente. Na verdade, é a ilusão de estar separado que se dissolve, enquanto o senso de si mesmo, que é incessante, não se dissolve realmente, mas se manifesta como tem sido desde o início: o "Eu Sou" de Kunje Gyalpo.

Não se preocupe com as nuvens e nem se concentre na luz, mas *seja* a luz que você já é sem separar nada.

GB: O que você quer dizer com "sem separar"?

RN: Quando você entende que tudo é um, não há mais transmigração ou liberação, mas isso já é possível agora pois a luz do sol brilha tanto no espaço além das nuvens quanto no espaço com as nuvens. Os dois espaços são um. Você é esse único espaço, assim como você é essa única luz.

GB: É por isso que Padmasambhava diz que não há nenhuma consequência real positiva ou negativa das ações?

RN: Certamente! O Buda Primordial não discrimina, não separa, não julga nada porque é amor espaçoso que sustenta e abraça toda a vida. É por isso que ele é chamado de Bondade Universal.

Enquanto você separar causa e efeito, você não pode ser um mestre de *Atiyoga*.

GB: Conheço alguns ensinamentos de *Atiyoga* pertencentes às três séries da consciência, do espaço e do conselho que, segundo sua explicação, me parecem pertencer ainda a um caminho de causa e efeito. Isso não é uma contradição?

RN: De acordo com o Tantra *Kunje Gyalpo*, existem diferentes categorias de ensinamentos de *Atiyoga*.[15] As três séries, da consciência (*sems sde*), do espaço (*klong sde*) e do conselho (*man ngag sde*), também prescrevem métodos baseados nos princípios da causa e efeito pois enfatizam, respectivamente, as fases atiyoga do *sattvayoga*, do *mahayoga* e do *anuyoga*.

O mestre Nakhai Norbu Rinpoche transmitiu a você os principais métodos das três séries e também a iniciação a *Ati* além de causa e efeito, mas você percebeu seu verdadeiro significado? De qualquer forma, se você prosseguir em sua busca com humildade, acredito que no futuro você terá a oportunidade de conhecer alguém que o ajudará a obter uma melhor compreensão desses ensinamentos em relação aos quatro caminhos do *ioga*. Quando você estiver pronto para entender, o encontro acontecerá.

GB: Mas aprendi que o Tantra *Kunje Gyalpo* é o texto fundamental da “série da consciência”.

RN: Isso mesmo, porém a “série da consciência” engloba vários grupos de ensinamentos. O Tantra *Kunje Gyalpo* enfatiza a fase *sattvayoga* do caminho *Atiyoga* que revela a natureza original da consciência. Quem a compreende é o *sattva* supremo, o Ser Adamantino.

GB: Não entendo.

RN: Não se perca em discussões acadêmicas. Há apenas uma

---

15. No capítulo 8 do Tantra há uma explicação dos quatro caminhos do ioga: *sattvayoga, mahayoga, anuyoga e atiyoga*. Cada um consiste em quatro fases principais chamadas pelos mesmos nomes das quatro iogas, portanto, a quarta fase de cada caminho é *atiyoga*.

coisa que você precisa saber; sabendo disso, você pode saber tudo: você é Kunje Gyalpo! Você não aceita essa verdade porque persiste em separar a visão impura da ignorância da visão pura do conhecimento, mas elas são uma única coisa.

A consciência, quer você a considere iluminada ou não, nada mais é do que pensamento. Tudo o que nos acontece, tudo o que percebemos, é a manifestação natural do pensamento que está em nós.

Quando você está distraído, pode tropeçar. Quando você está consciente, pode andar sem cair. Por que você está distraído? Porque você queria se distrair para manifestar a sabedoria do que significa ser distraído.

Você pode usar o poder criativo dos pensamentos para manifestar qualquer coisa, mas qualquer manifestação nada mais é do que a livre expressão do pensamento original, o esplendor do conhecimento espontâneo, a graça da consciência iluminada. O pensamento original é a base que permite que toda a realidade seja o que é porque é a totalidade do que é. Então, qual é o sentido de separar?

No círculo sagrado desta grande cidade está toda a existência, os mundos superiores e os mundos inferiores, a realidade da liberação e a da transmigração. Você vagou por suas ruas, velhas e novas, você se permitiu ver e seu coração sentiu. Mas sua mente julgadora continua separando o puro do impuro...

Como é difícil comunicar o segredo da vida!

O que mais posso dizer?

Ouça. Imagine que você está no centro de um templo dedicado à deidade suprema. É redondo, com uma cúpula, e nem um raio de luz vem de fora. Com ambas as mãos você está segurando uma lamparina brilhante, a única fonte de luz no templo. Você olha em volta e percebe que não tem imagens sagradas, só está você e… inúmeros espelhos de várias formas e tamanhos espalhados por toda parte, na parede redonda, na cúpula e no chão. Agora olhe para os espelhos e diga o que vê.

GB: Em cada espelho há a imagem de mim mesmo segurando a lamparina, mas em diferentes formas.

RN: Certo! Portanto, pare de se separar de outros seres e do Buda Primordial. Você é o “Deus dos deuses” (*lha’i lha*)… Eu também sou, e como nós também são os outros seres, porque tudo é um. Ó! Essa revelação não é maravilhosa? Chegará um dia em que todos estarão plenamente conscientes disso. Esse dia glorioso não está longe... Na verdade, já está aqui.

Sobre o autor

Giuseppe Baroetto nasceu em Turim (Itália) em 1959. Graduou-se em filosofia pelo Instituto Universitário Oriental de Nápoles, onde preparou sua tese sobre o budismo tibetano com o Prof. Namkhai Norbu. Posteriormente, ele empreendeu com maior profundidade seu estudo e prática das tradições espirituais indo-tibetanas de Mahamudra e Dzogchen com vários mestres budistas e bönpos. Na Itália, ele publicou traduções de alguns textos essenciais significativos dessas tradições, juntamente com as instruções orais diretas de seus mestres. Nesta fundação, ele estabeleceu em 2003 a Escola *Ati Rime*, com o objetivo de estudar e praticar Atiyoga com uma nova abordagem de renovada abertura.